الطب العربى

فى القرن الثامن عشر
من خلال الأرجوزة الشقرونية

تحقيق وتعليق

د. بدر التازى

تعريب وتقديم

د. عبد الهادى التازى



٠٣٥٧

الطب العربي في القرن الثامن عشر
من خلال الأرجوزة الشقرونية

من كتب التراث

الطب العربي فى القرن الثامن عشر

من خلال الأرجوزة الشقرونية

تحقيق وتعليق

د. بدر التازى

تعريب وتقديم

د. عبد الهادى التازى



نشر

الهيئة المصرية العامة للكتاب

١٤٠٤ هـ - ١٩٨٤ م

بسم الله الرحمن الرحيم

فهرس مواد الشقرونية

شهدت كلية الطب مناقشة اطروحة تعتبر الأولى من نوعها فى تاريخ جامعة محمد الخامس • ويتعلق الأمر بالرسالة التى قدمها الطالب بدر التازى حول الطب المغربى فى القرن الثامن عشر من خلال الارجوزة الشقرونية ، وهى الارجوزة التى نظمها الطبيب عبد القادر بنشقرون ، معاصر السلطان المولى اسماعيل •

وقد كانت المناقشة باشراف البروفسور عبد اللطيف بنشقرون ، استاذ فى المسالك البولية ، ومشاركة البروفسور الدكتور عبد اللطيف بربيش عضـــو اكاديمية المملكـــة المغربية والسيد ادريس بنيحيى ، استاذ فى التشريح الطبى •

وقد نجـــح الدكتور بدر التازى بدرجة مشرفة للغاية مع تهنئة لجنة التحكيم واتخاذ قرار بالمبادلة العلمية مع الكليات الطبية وكذلك ترشيح الأطروحة للجائزة المخصصة للرسائل الطبية •

الإهــداء

الى والدتى والى والدى ..

تقديرا لعنايتهما واهتمامهما وتربيتهما .. لقد كانا دائما وراء ارشادى الى طريق العمل وطريق النجاح ، والى التعلق بالقيم الروحية .

بقى

اعتراف بالجميل

سيظل الدكتور عبد اللطيف بن شقرون الأستاذ المبرز بكلية الطب من جامعة محمد الخامس منقوشا بذاكرتى وأنا أستعرض أمامى المراحل التى قطعتها فى انجاز هذا العمل ٠

لقد منحنى من ارشاداته ما ســـاعدنى على تحقيق أمنيتى فى الوقت المناسب ٠٠ كما لا أنسى السادة الأساتذة : عبد اللطيف بربيش أمين السر الدائم لأكاديمية المملكة المغربية ، والأستاذ ادريس بن يحيى الأستاذ المبرز بكلية الطب ٠٠ وأخيرا والدى الدكتور الأستاذ عبد الهادى التازى ٠٠ لأولئك ولكل الذين عملوا على أن يصبح هذا التراث فى متنــاول الجميــع عبارات تقديرى واعترافى بالجميل ٠

تقديم:

بقلم: الدكتور عبد الهادي التازي

ليس لأنه ولدى ولكن لأنه عندما طلب مساعدتى له فى اعداد هذا العمل لاحظت انه صادق فى طلبه ماض فى خطته ، وبالرغم من أن ثقافته العربية لم تكن فى مستوى ثقافته فى اللغة الفرنسية ، الا أن المجهود المتوالى الذى بذله طيلة خمس سنوات كاملة جعله يتغلب على كل المصاعب التى كانت اللغة تفرضها وهكذا اكتشفت أن « الأرجوزة » قد افادته بقدر ما افادها هو عندما بعثها من مرقدها وقدمها ليس فقط الى قراء اللغة العربية ولكن كذلك الى قراء احدى اللغات العالمية الحية وهى اللغة الفرنسية ٠

وقد سعدت أن أشهد ــ ضمن الذين شهدوا ــ مناقشة اطروحته الهامة بكلية الطب فى جامعة محمد الخامس فى صيف ١٩٨٠ ، ولكنى سعدت اكثر من هذا أن أسمع عن نجاحه بدرجة مشرفة للغاية وعن تهنئة لجنة التحكيم التى اتخذت قرارا بترشيح الأطروحة للجائزة المخصصة للرسائل الطبية ٠

لقد فتح الدكتور بدر التازى ملفا من أهم الملفات فى تاريخ الطب ٠٠ انه ملف العودة الى الأصول الأولى التى كان يعتمد عليها أسلافنا فى ممارساتهم اليومية والتى تقتضى من طلبتنا أن يتمعنوا فى دراستها واستيعابها ٠٠ والعناية بها ٠

د٠ عبد الهادى التازى

تمهيد

كثيرا ما أثار ميدان الطب العربى استطلاع الناس سواء فى ذلك المتخصصون أو غيرهم حيث رأينا عددا من المؤلفات تهتم بالموضوع ، وقد كان من بين هذه الكتب « تاريخ الطب العربى » الذى ألفه الدكتور لوكليرك وكذلك الأعمال الحديثة المتعلقة بالبحث التاريخى والترجمة والاهتمام باعداد القواميس .. الخ ، هذا طبعا الى جانب الخدمات الجليلة التى قدمها الدكتور رونو والأستاذ كولان اللذان اهتما بصفة خاصة بالطب العربى فى المغرب الأقصى واللذان استفدنا من أعمالها فى الخدمة التى نقدمها اليوم تحت عنوان : (الطب العربى فى القرن الثامن عشر من خلال الأرجوزة الشقرونية) . وتعنى كلمة « الأرجوزة » وزنا خاصا خفيفا من أوزان الشعر العربى ، كان العلماء القدامى يستعملونه لتشجيع ذاكرة الطلاب على الحفظ ، ومن المعلوم أنه نفس الوزن الذى نظمت عليه مثلا « أرجوزة » سعيد بن عبد ربه والرازى وابن سينا وابن طفيل (١) .

---

(١) اميليو غرسية غومس : قصيدة سياسية لابن طفيل لم تنشر ، مجلة المعهد المصرى للدراسات الاسلامية عدد أول ١٩٥٣ .

عبد الهادى التازى : الموحدون وجبل طارق مجلة (آفاق) المغربية يناير ١٩٦٣ .
روزا كوهين : أرجوزة فى الطب مجلة القنطرة (الاسبانية) العدد الاول مدريد ١٩٨٠
محمد العابد الفاسى : مخطوط نادر لأبى بكر بن طفيل : مجلة التربية الوطنية أبريل ١٩٦٢ .

أما كلمة الشقرونية فهى فى الواقع نسبة الى مؤلفها الطبيب عبد القادر ابن شقرون ، وكان قد فعل ذلك استجابة لسؤال وجه اليه بواسطة قصيدة شعرية من وزن « الرجز » أيضا ، وكان السائل هو أحد تلامذة الطبيب ابن شقرون المشهورين كذلك فى دنيا الثقافة المغربية وهو الشيخ سيدى محمد صالح بن المعطى الشرقى(1) •

ويتعلق الأمر ببحث صحى ، خصص القسم الاكبر منه لفن التغذية شربا وأكلا (أو علم الصحة الغذائية) ، وهو يتناول كذلك دراسة ميادين أخرى من علم الصحة بما فى ذلك ما يتعلق باللباس الصحى وبالسكنى الصحية وبالسفر الصحى ، بل أن المؤلف تناول موضوعات أخرى تتعلق بتركيب الأدوية بالوسائل الوقائية والعلاجية •

وبالرغم من أن هذه الارجوزة أنجزت فى فترة تعتبر فترة انتكاس بالنسبة للطب العربى الأمر الذى كانت تعكسه بعض المقاطع ، بالرغم من ذلك ، فانها أى الأرجوزة تقدم لنا فائدة حقيقية يمكن أن نعرف قيمتها ووزنها بما حفظه التاريخ لها من تمكنها من احتلال مركزها بين ذلك الفيض من المؤلفات والأعمال الطبية المماثلة من التى حررت على ذلك العهد حيث وجدناها ضمن المواد التى تدرس بجامعة القرويين بفاس الى بداية هذا القرن العشرين ، الأمر الذى يفسر الدوافع التى كانت وراء طبعها فى مطبعة فاس الحجرية عام ١٩٠٦ وفى مطبعة تونس فى نفس الفترة •

وانه بالاضافة الى قيمة الأرجوزة من الناحية الطبية البحتة ، فانها تقدم لنا من جهة أخرى فائدة تاريخية فيما يتعلق بالطب العربى ، مبادئه الأساسية وتجاربه ، هذا علاوة على الفائدة اللغوية حيث اكتسبنا عددا من التعبيرات والمفردات الفنية المتعلقة سواء بعلم التغذية أو تركيب الأدوية •

---

(1) ينعت الشيخ محمد (بفتح الميم) بالشيخ العارف ، ويدعى بالصالح اعتبارا لصلاحه وتقاه ، وهو ابن الشيخ سيدى محمد المدعو المعطى (بفتح الطاء) ابن المرابط عبد الخالق بن عبد القادر بن سيدى محمد (فتحا) المدعو الشرقى صاحب زاوية أبى الجعد من تادلة (المغرب) توفى أول المحرم عام ١٠١٠ • وقد ألف عددا من الكتب حول السادة (شرقاوة) وحول زاويتهم كان منها « الروض الفائح فى مناقب الشيخ سيدى محمد المدعو صالح » وقد تفرع عن زاوية أبى الجعد الأم عدد من الزوايا فى المدن المغربية ، نذكر منها على سبيل المثال زاوية شرقاوة فى حومة النواعريين من فاس ... السلوة ج ١ و ١٩٣ ، الاستقصا ج ٨ — ٥٩ — ١١٩ — ١٣٤ •

على أن الأرجوزة لم تهمل من لدن علماء الاستشراق المتخصصين الذين أولوها عنايتهم وهم يعالجون « القضايا المغربية » ، ونذكر من هؤلاء على الخصوص الدكتور (رونو) الآنف الذكر الذى لم يفته – وهو يتحدث فى احدى دراساته المتعلقة بالأطباء المغاربة الذين اشتهروا قبل بسط الحماية الفرنسية على المغرب – لم يفته أن يستعرض عناوين طائفة من فصول الأرجوزة اضافة الى ترجمة مختصرة لناظمها ومؤلفها الطبيب ابن شقرون •

وقد كان الهدف من هذا العمل ، قبل كل شيء ، هو أن نجعل الأرجوزة فى متناول الذين يهتمون بالموضوع ، ولهذا الباعث قمنا بوضعها فى سياقها التاريخى الطبى حيث ابتدأنا بتحديد أصولها التى توجد سلفا فى الطب الاغريقى ، وحيث بسطنا القول حول المبادىء التى ارتكزت عليها الأسطورة ، وذلك قبل أن نتصدى لنسخها وترجمتها المصحوبة بمعجم للعبارات التقنية •• وفى هذا الصدد لابد أن نؤكد أن الأداة التى كنا نعتمد عليها فى خدمتنا كانت هى بالدرجة الأولى كتاب الدكتور رونو Renaud والبروفيسور كولان Colin السالفى الذكر ، وكذلك كتاب تحفة الأحباب (١) وأخيرا القواميس المتعلقة بألفاظ الطب المغربى ، ومع ذلك فمن الانصاف القول بأن المفردات والتعابير المستعملة فى الأرجوزة لا توجد كلها فى تلك القواميس مما دفعنا الى الالتجاء فى كثير من الأحيان الى مصادر بيبليوجرافية أخرى أشرنا اليها فى الوقت المناسب ، بل والى الاستفسارات الشفهية عندما يقتضى الأمر ذلك •

---

(١) تحفة الأحباب فى آداب الطعام والشراب للسيد محسن العاملى الشقرانى نزيل دمشق ، انظر معجم المطبوعات العربية تأليف شركيس •

تقديم المخطوطات

لقد اعتمدنا فى نسخنا لهذه الأرجوزة على نص المخطوطتين الموجودتين فى « الخزانة العامة » بالرباط علاوة على نسخة المطبعة الحجزية بفاس ٠

وقد كانت المخطوطة الأولى التى نصطلح على اعطائها حرف (أ) ضمن (مجموع) يحمل رقم ١٦٠٢/د وهو يحتوى على طائفة من الموضوعات المتنوعة حيث وجدنا الأرجوزة (مع سؤال الطالب الشرقى) ابتداء من صفحة ١١١/أ الى صفحة ١٢٧/ب ٠

وتحتوى « الشقرونية » على سبعة وستين وستمائة بيت بمعدل ثلاثة وعشرين بيتا فى الصفحة ، كتبت بخط مغربى ، مشكول بيد اننا نجهل اسم الناسخ وتاريخ النسخ كذلك ٠

اما المخطوطة الثانية التى نميزها بحرف (ب) فهى بدورها تقع فى (مجموع) يحمل رقم ٩٩١/د حيث كانت الأرجوزة تقع من صفحة ٢٠٨/أ الى صفحة ٢٣٦/ب وهى كذلك تحتوى على سبعة وستين وستمائة بيت بحكم أن كل صفحة تحتوى على اثنى عشر بيتا ٠٠ وكانت كالنسخة الأولى مكتوبة بخط مغربى مشكول ، ولكنها على عكس الأولى تحمل تاريخ النسـخ الذى تم يوم الأحد ثالث شعبان ١١٨٨ هـ الموافق ٩ اكتوبر ١٧٧٤ م على يـد محمـد بن ابراهيم القرطبى الرباطى ٠

وان النسخة المطبوعة على الحجر هى التى أعطيناها حرف (س) ، وهى كذلك توجد ضمن مجموع يحمل عنوان « مجموع المتون » حيث تحتل مكانها بين صفحة ٣٧٦/ب وصفحة ٤٠٣/ب بما فى ذلك الأبيات المتعلقة بسؤال الطالب الشرقى ٠٠ وكانت الأرجوزة تتضمن ثلاثة وسبعين وستمائة بيت بمعدل ستة وعشرين بيتا فى كل صفحة ، وهى بخط مغربى كسابقتيها ومشكولة ، علاوة على انها مقروءة اكثر من الأوليين ٠

وقد كانت المطبعة الحجرية التى اهتمت بهذه الأرجوزة هى بالذات مطبعة مولاى احمد بن عبد الكريم القادرى الحسنى الذى انجز هذا الطبع سنة ١٣٢٤ هـ الموافق ١٩٠٦ ـ ١٩٠٧ م .

وتبتدىء « الشقرونية » بصفة عامة ، فى النسخ الثلاث على هذا النحو :

الحمـــد لله الحكيـم المرشـد	اللهـم الرشد لكل مهتـد
الرازق الأقـــوات للنمــــاء	المنـزل الغيث من السماء

وكما قلنا فان أرجوزة الطبيب عبد القادر بن شقرون كانت جوابا لسؤال أحد أصدقائه تعمد هو الآخر أن يكون سؤاله على وزن الأراجيز ، وكان يحتوى على واحد وخمسين بيتـا وردت تتصـــدر الأرجوزة « الشقرونية » فى كل من المخطوطة (أ) و (س) ، ويبتدىء السؤال المذكور هكذا :

يا شيخنا النحرير حلو المنطق	المتزيى بمزايـا المشـــرق
يا من علا الأتراب والأقرانا	كما سما الدهر به وزانا

وقد تضمن النص النهائى الذى قدمناه للارجوزة مجموعة تتكون من أربعة وسبعين وستمائة بيت ، كما قلنا ، الأمر الذى كان ثمرة فى الواقع لمحاولتنا الأخذ بما فى النسخ جميعا (أ ، ب ، س) حيث اكتملت الأرجوزة بفضل هذا الصنيع ، وقد حرصنا على أن ننبه الى أى خلاف قد يوجد بين النسخ الثلاث ، ونحيل القارىء نتيجة لذلك على هوامش الصفحات ، وقد رأينا من المفيد أيضا أن نورد نص السؤال بكامله على رأس الشقرونية نظرا لكونه مثبتا كذلك فى كل من النسخة حرف (أ) والنسخة حرف (س) .

عرض تاريخي

ليس فى نيتنا أن نعالج فى هذا الفصل بتفصيل ، تاريخ الطب العربى ، ولكن هدفنا فقط توضيح أصوله والوقوف باختصار على مراحل تطوره عبر العالم الى القرن الثامن عشر ، التاريخ الذى يتفق وتاليف « الشقرونية » ، وان هذا سيساعدنا من جهة على تدقيق نوع الطب الذى كان يمارس فى ذلك الوقت كما أنه من جهة أخرى سيمكننا من تحديد السياق الطبى فى « الشقرونية » ٠

وهكذا ففى عصر ما قبل الاسلام لم يكن هناك ـ على ما يبدو ـ فى شبه الجزيرة العربية سوى طب بدائى ، ونتيجة لذلك فان المعارف والممارسات الطبية كانت ثمرة الاكتشافات العرضية وثمرة الملاحظة ٠٠ وفى كثير من الأحيان كانت تلك المعارف تمتزج كذلك بالسحر والمعتقدات الخرافية (١) ٠

وقد أحدث ظهور الاسلام ثورة بكل معنى كلمة الثورة فى هذا الموضوع ، وهكذا فان المؤمنين الذين كان عليهم أن يقاوموا الشرك والكفر وان ينشروا رسالة السماء وجدوا أنفسهم أمام اكتشافات وحضارات وهم يختلطون بالشعوب الأخرى ويفتحون البلاد التى كانت تخضع لأمم غير الأمة العربية ، وهكذا فعند فتحهم لمصر اكتشفوا لأول مرة الطب الاغريقى على نحو ما رأيناهم يفتحون عيونهم فيما بعد عندما وصلوا الى بلاد ما بين النهرين والى بلاد فارس ٠٠ لقد كان الطب يدرس فى معهد الاسكندرية من خلال كتب كاليان Galian ٠ ومن هنا ابتدات حركة ترجمة تلك المؤلفات الى اللغة العربية ٠

وفى العالم الاسلامى كانت أول مدرسة طبية هى المدرسة التى عرفتها بلاد المشرق ، المشهورة بأسماء شخصياتها العظيمة الكبيرة ، من أمثال الرازى (٨٥٠ ـ ٩٢٣) وابن سينا (٩٨٠ ـ ١٠٣٦) وابن النفيس (النصف الثانى من القرن الثالث عشر) ٠

---

(1) Leclerc : Hist. de la med. Arabe.

وقد اتبعت المدرسة الشرقية بالمدرسة الغربية حيث وجدنا (أبا القاسم الزهراوي(١) (٩٣٦ ـ ١٠١٣) ووجدنا ابن زهر (Avenzoar) ١١٠١ ـ ١١٦١) وابن رشد (AVERROES) (١١٢٦ ـ ١١٩٨) •

وان انتشار الطب عبر العالم غير الاسلامي وبخاصة في بلاد أوربا ابتداء بمدرسة ساليرنو بفضل ترجمة المؤلفات العربية الى اللغة اللاتينية من طرف قسطنطين الافريقي (١٠١٩ ـ ١٠٨٧) حيث انتشر الطب في أوربا شيئا فشيئا •

ولأجل أن نعطي فكرة عن الدور الذي قام به هذا الطب في العصر الوسيط في هذه الجهة من العالم ، يكفي أن نذكر بأنه من بين الثلاثة عشر كتابا التي تمتلكها خزانة كلية الطب في باريس المؤسسة حوالي أواخر القرن الرابع عشر ، نجد ستة مجلدات مترجمة الى اللاتينية عن مؤلفات طبية عربية ، كان من ضمنها « كليات ابن رشد ، وقانون ابن سينا ، وكتاب أبي القاسم (التعريف لمن عجز عن التاليف) وكتاب الرازي » • ولقد كان كتاب القانون أحد المؤلفات الطبية الكلاسيكية طيلة العصر الوسيط وحتى القرن السادس عشر •

والواقع أن بداية انهيار الطب العربي تبتدىء منذ القرن الثالث عشر ، ولو أننا لم نتحسس ذلك الانهيار الا تدريجيا •• وهكذا فبعد سقوط القسطنطينية العظمى في القرن الخامس عشر لاحظنا ، ومن جديد ، المؤلفات الطبية الاغريقية تصل مباشرة الى أوربا فاتحة بذلك الطريق لما يسمى طب عصر النهضة ، وقد لاحظنا اضافة الى هذا ، وفي هذه الفترة بالذات ، أن المبادىء الطبية الاغريقية أخذت طريق الاهمال شيئا فشيئا تاركة بذلك المكان للادراك الطبي الجديد ، وهو الادراك الطبي الذي يمارس حاليا •

وسنذكر على سبيل المثال معاصرا أوروبيا للشقرونية وهو الطبيب الايطالي مالبيجي (MALPIGUI) (١٦٢٨ ـ ١٦٩٤) •

وفيما يتعلق بالمغرب بصفة خاصة فانه ، أي المغرب ، كان في العصر الذهبي للطب العربي في الغرب (القرن الحادي عشر والثاني عشر) يكون مع اسبانيا الاسبانية (الأندلس) بلدا واحدا ، علاوة على ذلك فان هذه الفترة جاءت مصادفة لحركة « الاسترجاع » التي أعقبتها حركة الهجرة نحو الديار المغربية حيث وجدنا عددا كبيرا من العائلات الأندلسية كان من بينها عدد من الأطباء اللامعين من أمثال أسرة بني زهر •

---

(١) تحرفه المصادر الأوروبية هكذا : ابو القاسيس .

وفى أعقاب هذه الفترة ومنذ القرن الثالث عشر ٠٠ حلت نكسة بسائر البلاد الاسلامية عكست اثارها على مختلف العلوم ومن ضمنها علم الطب ، بالرغم من أن هناك طائفة من المجتمعات الثقافية الاسلامية ظلت متشبثة بتراثها ٠٠ على نحو ما نرى فى ديار مصر ، بالشرق الأوسط ، وما نراه فى ديار المغرب كذلك ، لقد ظهر فعلا أن المغرب كان آخر ملاذ للعلوم وخاصة فى ميدان الطب العربى بالغرب ٠

وهكذا فان عصر « الشقرونية » كان ما يزال يعيش تدريس الطب بصفة رسمية فى المعاهد المغربية ، وقد كان المركز الأساسى لتعليم هذا الفن هو جامعة القرويين بفاس حيث نشاهد أن أساتذة الطب يعتمدون على نتاج الأطباء الشرقيين بما فيهم الأطباء الكلاسيكيون كابن سينا والرازى أو الأطباء العصريين كالطبيب السورى داود الانطاكى من أصحاب القرن السادس عشر أو كذلك الأطباء الذين ينتسبون للغرب الاسلامى من أمثال أبى القاسم الزهراوى ، دون أن ننسى مع كل هذا ، المؤلفين الذين ينتسبون للمغرب الأقصى والذين نذكر أسماء بعضهم على سبيل المثال لا الحصر ، من أواخر القرن السادس عشر ، الوزير الغسانى الذى كان من جملة المؤلفين فى موضوع النباتات الطبية والعقاقير ونقصد الى كتابه (الحديقة) الذى كان البروفيسور كولان قد أخذ فى ترجمته ٠

ونذكر من بين المعاصرين للطبيب عبد القادر بن شقرون ، الطبيب المعروف عبد الوهاب بن احمد الدراق الذى نظم فى الطب قصيدته المشهورة حول فوائد النعناع الطبية ٠٠ ان لائحة الأطباء الذين ظهروا فى هذه الفترة كانت طويلة جدا (١) ، وان من بين هؤلاء وفى هذا السياق يمكن أن نضع طبيبنا اليوم عبد القادر بن شقرون كما نضع أرجوزته الشقرونية كذلك ٠

بيوجرافية عبد القادر بن شقرون :

هو ابو محمد عبد القادر بن شقرون الملقب بالمكناسى (نسبة الى مدينة مكناس) تمييزا له عن اسم مماثل فى فاس كان يعيش فى أواخر القرن الثامن عشر ، كان أبو محمد معاصرا للسلطان مولاى اسماعيل (١٦٧٢ ــ ١٧٢٧) ولكن نجهل متى ولد بالضبط ومتى توفى كذلك ! ٠

وقد درس بمدينة فاس حيث لقى هناك أستاذه الجليل فى الطب ابا عبد الله

Renaud : De quelques acqui. rec. S. Hist. Med. Arabe au Maroc.

محمد ادراك الذى ينتسب لعائلة ادراك الشهيرة التى أنجبت عدداً من الأطباء المرموقين ، كان من بينهم عبد الوهاب بن احمد ادراك الذى يعاصر ابن شقرون • وقد درس بمدينة مكنـاس العاصمة الاسماعيلية ، وهناك اتيحت له الفرصـة للتعرف على عدد من الأساتذة الكبار المتخصصين سواء فى الطب أو الأدب أو الدين •

ولم يكتف ابن شقرون بالأخذ عن مشايخ المغرب ، ولكنه رحل للمشرق حيث اغتنم فرصة قيامه بمناسك الحج ليمر بمصر حيث درس هناك الطب أيضا على يد الطبيب احمد الزيدان ، وكان من جملة المواد التى درسه اياها ملخص قانون ابن سينا الذى قام به ابن النفيس •

لقد كان ابن شقرون رجل دين ، ورجل أدب وشاعرا بارعا كذلك على نحو ما قاله معاصره الكاتب المعروف ابن الطبيب العلمى فى كتابه « الأنيس المطرب » ، ومع ذلك فان الصفة التى تغلب على ابن شقرون هى صفة الطبيب الصيدلى المشتغل بالأعشاب •

وحسب بعض المقاطـع التى طالعنـا بها صاحب « الأنيس المطرب » فان ابن شقرون كان يمارس تدريس الطب فى المسجد الذى يجاور ضريح الولى الصالح سيدى أحمد بن خضراء •• وقد عده النقيب مولاى عبد الرحمن بن زيدان مؤرخ الدولة فى مخطوطته « المنزع اللطيف » على انه ، أى ابن شقرون ، كان من بين الأطباء الخصوصيين للسلطان مولاى اسماعيل •

ومن بين التلامذة الذين اشتهر انهم أخذوا عن ابن شقرون نذكر على الخصوص الشيخ سيدى صالح بن المعطى الشرقى الذى كان انئذ يتمتع بحظوة فى تادلة (أبو الجعد) فكان سيد قومه فى تلك الجهة ، وكان بالذات هو الذى يسأل ابن شقرون أن يفيـده حول الطب ، الأمـر الذى كان سـببا فى نظـم الشقرونية •

كما نذكـر من بين تلامذته المرموقين ابن الطيب العلمى صـاحب كتاب « الأنيس المطرب » والذى نراه يأتى فى كتابه المذكور على طائفة من الوصفات الطبية الساحرة التى تلقاها بنفسه من الطبيب ابن شقرون ، وقد ذكر ابن شقرون على انه مؤلف لعدد من الكتب الأدبية التى نجهلها الى الآن ، كما ذكرت له طائفة من الأشعار التى قرأنا بعضها فى كتاب « الأنيس » •

وفيما يتعلق بالميدان الطبى بصفة خاصة وجدنا ، كما اشرنا سابقا ، عددا

من الوصفات الطبيـة التى ردد صداها صـاحب الأنيس المطرب ، وقد افادنا الدكتور رونو عن وجود مؤلف لابن شقرون يعالج بصفة خاصـة ، الأدوية المفردة والعقاقير الطبيـة بيد أن المخطوطة المتعلقـة بهذا الموضوع لم يعثـر عليها بعد •

وهكذا فان العمل الرئيسى الذى عرف به طبيبنا والذى نال شهرة فى سائر جهات المغرب هو « الشقرونية » التى ظهرت لأول مرة بمكناس سنة ١١١٣ ـ ١٧٠٢ والتى هى موضوع دراستنا اليوم •

الأرجوزة الشقرونية

تنبيه :

لأجل أن نقدم الأرجوزة على شكل واضح بين ، عمدنا الى نصها (بما فيه السؤال المطروح على الشيخ) وجعلنا لكل بيت من الأبيات الشقرونية (٦٧٤) رقما خاصا به من بدايتها الى نهايتها ، وعلى هذه الأرقام ، أرقام الأبيات تتم احالتنا ·· وعلى تلك الأرقام نعتمد فى تفسيرنا وتعليقنا عند الاقتضاء ·

وفيما يتعلق باداء الحروف العربية بحروف لاتينية فقد اعتمدنا منهاج الجدول المقترح على المؤتمر العالمى لتنميط الأسماء الجغرافية وذلك اعتمادا على ما قدمته المجموعة العربية لدى المؤتمر المذكور (١) ·

(١) يطيب لنا ان نتقدم بالشكر الجزيل للدكتور عبد الهادى التازى الذى قدم لنا هذه المعلومات .

مبادئ الطب العربى

قبل أن نتناول عرض نصوص « الشقرونية » وحتى نتمكن من متابعة منطقها نرى مما لا يستغنى عنه أن تكون لدينا فكـرة للمبادىء التى ارتكزت عليهـا معلومات الأرجوزة ، ان ذلك هو الهدف من هذه السطور التى نكتبها ولابد أن نعيد الى الذاكرة مرة أخرى أن هذه النظرية هى بالذات النظرية الاغريقية •

فكـرة العناصر والمزاج :

ان كل شىء يبتدىء من العناصر الأربعة التى تتكون منها سائر المواد : النار ، الهواء ، الماء ، الأرض •

لكل عنصر من هذه العناصر صفته الخاصة به :

فبالنسبة للنار نراها تكون الحرارة ••

وبالنسبة للهواء نراه يكون الرطوبة ••

وبالنسبة للماء فانه يكون البرودة ••

وبالنسبة للارض فانها تكون اليبوسة •

وعلى أساس نسبة وجود هذه العناصر الأربعة فى جسم أو فى مادة يحدد ما نسميه « المزاج » •• وهكذا فان عنصرا من تلك العناصر يمكن أن يكون متفوقا على الآخر ، فاذا كان عنصر النار زائدا يقال عن الجسم الذى يتميز بذلك أنه ذو مزاج حار ، واذا كان عنصر الماء زائدا قيل عن الجسم انه ذو مزاج بارد •• الخ •

وفى هذا المعنى ينبغى أن نفهم الوصفات التى يقدمها صاحب الشقرونية ، وعلى سبيل المثال فيما يتعلق بالمواد نجد المؤلف يقول فى البيت رقم ٣٧ « القمح فى المزاج حر ••• » •

وأحيانا يكون هناك عنصران متفوقان ، لنفرض انهما الماء والهواء ، فان المادة التى تحتويهما تكون باردة رطبة ، وعلى سبيل المثال نذكر البيت رقم ٢٤٥ :

حب الملوك .بارد في طبعه   رطب فلا تهمل عظيم نفعه

وأخيرا فانه اذا كانت العناصر كلها موجودة بنفس النسبة فانه يقال عن المادة انها « معتدلة » ·· وهكذا نقرأ في الشقرونية في البيت رقم ٢٦٣ :

و(التفاح) الحلو مائل للاعتدال   وليس من حرارة بحال

وينبغى أن ندقق في هذا الصدد بأن في كل مزاج ذاته أربع درجات ، ولنا مثل ذلك في البيت رقم ٤٠٢ ـ ٤٠٣ :

·· فأول يبلغ حد الرابعة   من درج ، فخذ علوما نافعة
والثاني في الثالثة الموالية   وثالث في الطبع دون الثانية

فكرة الاخلاط والطبائع :

وفيما يخص الجسم الانساني فان العناصر الأربعة تتألف لتكون بادىء الأمر الاخلاط الأربعة التي يتركب منها مختلف الأعضاء ·

والاخلاط الأربعة هي :

١ ـ الدم : الذي يتميز مزاجه بالحرارة والرطوبة ·

٢ ـ البلغم : الذي يتميز مزاجه بالبرودة والرطوبة ·

٣ ـ الصفراء : الذي يتميز مزاجه بالحرارة واليبوسة ·

٤ ـ السوداء : الذي يتميز مزاجه بالبرودة واليبوسة ·

وبمقدار الأخلاط الأربعة في الجسم نحدد ما نسميه « الطبع » أو « المزاج » كذلك ولهذه الاخلاط الاربعة تنسب الطبائع الأربعة المختلفة حسب تفوق كل طبع على الطبع الآخر ·

وهكذا فان التفوق في خلط الدم يعطى صفة الطبع الدموى ·

والتفوق في خلط البلغم يكسب صفة الطبع البلغمي ·

والتفوق في خلط السوداء يعطى صفة الطبع السوداوى ·

ولنذكر أخيرا بأنه من الممكن بالنسبة لهذه الاخلاط أن يتحول بعضها الى البعض الآخر عن طريق ظاهرة « احتراق » على ما نرى في البيت رقم ٣٤١ :

ولا يليق (التمر) بذوى الصفراء   قدمه يسرع بالسوداء

ولأجل أن يتوفر الانسان على حالة سليمة وصحة كاملة فان هدفه ينبغى أن يتوجه الى الحصول على توازن تام فيما يتعلق بالمزاج ، وفى اخلاط الجسم ، وعند التطبيق فان هذا المبدأ يهم سائر ميادين الطب والصحة ٠

تطبيق على علم الحمية : «La Diêtétique»

لنأخذ مثلا فى انسان ذى طبع صفراوى على حسب التعبير الاصطلاحى ، فان فيه زيادة فى الحرارة واليبوسة وهذا يقتضى أن يعتمد هذا الانسان على المواد الغذائية الباردة والرطبة ، فانها هى التى تناسبه للحفاظ على توازنه ، ولأجل توضيح هذا ينبغى أن نذكر هذا المثل فى البيتين رقم ٢٤٥ ــ ٢٤٦ :

حب الملوك بارد فى طبعه   رطب فلا تهمل عظيم نفعه
يقمع شر فضلة الصفراء   مخصب لجملة الأعضاء

وبعكس ذلك ، وبالنظر للمثل الذى ضربناه للصفراوى ، فان المواد الحارة تزيد فى عدم توازنه وتكون بالنسبة اليه قاضية ، وهذا ما يمكن أن نستنتجه مثلا من البيتين رقم ٣٣٧ ورقم ٣٤١ :

والتمر مائل الى الحرارة   يغذو غذاء بين الغزارة
ولا يليق بذوى الصفراء   قدمه يسرع للسوداء

فاذا عرفنا هذا فان القضية التى تخطر على البال ، هى كيف نعرف ونحدد مزاج المادة الغذائية ؟ وبهذا الصدد فانه توجد بالأرجوزة طائفة من الاشارات التى قدمها ابن شقرون تجعلنا نعتقد بأن مذاق المادة يكون وسيلة من وسائل تحديد مزاجها ، وهكذا يمكن أن نقرأ مثلا فى البيت رقم ٤١٦ :

مزاجها اليبس مع الحرارة   وقولنا شاهده المرارة

وكذلك فى البيت رقم ٣٦٢ :

والأسود الناضج ذو حرارة   مزاجه دليلها المرارة

وكذلك فى البيتين رقم ٤١٩ ورقم ٤٢٠ :

واحكم على الزرنيخ بالرطوبة   كذا الرطوبة له منسوبة
اذ طعمه لدى الحكيم الذائق   عذب تفيه بالقياس الصادق

التطبيق على الأمراض والأدوية : «Moyens Muémotechniques»

تعتبر حالة المرض ، حسب هذه النظرية ، كنتيجة لعدم توازن مهم بالنسبة للمزاج ، وهكذا فان هناك امراضا تنشأ عن الافراط فى الحر ، ومن تلك الأمراض سائر انواع الحمى ، وهناك امراض تنشأ عن الافراط فى البرد ، ومن تلك الأمراض تنشأ حالات داء المفاصل (الروماتيزم) ٠٠ الخ ، وان علاجه يعتمد اذن على التركيز لتحضير مواد تحتوى على الخاصيات المضادة ، وللاشارة الى هذا نقدم مثالين مأخوذين من الشقرونية :

البيت رقم ٣٥٨ :

والبرد ثم اليبس فى الزعرور   من اجل ذا يليق بالمحرور

والبيتان رقم ٢٢٨ ـ ٢٢٩ :

والحـر واليبس مزاج الثعلب   وللقليـل فيـه خـير ارب

لـداء الاستسقاء والمفاصل   ورعشـة وفالـج مواصل

وينبغى ان نسجل مع هذا بأن علاجا من هذا النوع ينبغى أن يأخذ بعين الاعتبار والطبع الذى ينتسب اليه الانسان ، هل هو دموى او صفراوى او بلغمى أو سوداوى وذلك لتجنب مضاعفة عدم توازنه الأصلى والطبيعى ٠ ومن هنا تأتى النظرية المعروفة فى الطب الحديث « بالظرف الحائل دون استعمال علاج » (contre — indication) الذى نقدم له هذا المثال فى البيت رقم ٥٣٤ :

ولا يليق بذوى الصفراء   هـذا ، فانذرهم عظيم الداء

تطبيق على الملابس الصحية (صحة الملابس) :

ان كل قماش وثوب له هو الآخر مزاجه الخاص به (حسب نسبة العناصر التى يتألف منها) ، وينبغى أن يتفق مع طبع الشخص الذى يرتديه ، وهكذا نقرأ فى البيت رقم ٦٠٦ :

وكل ملبوس من الأصواف   سخن المزاج بين الجفاف

وينبغى أن نعيد الى الذاكـرة للمزيد من التوضيح بأن الانسـان البلغمى يتوفر على زيادة فى البلغـم فيها الحـرارة والرطوبة ، وعلى عكس ذلك فان الانسان الصفراوى يتوفر على افراط فى الصفراء فيه الحرارة واليبوسة ٠

تطبيق على صحة المسكن (المسكن الصحى) :

وان المساكن بما تتوفر عليه من مناخ داخلى من شأنها كذلك أن تحمى القاطنين بها بما تضمنه لهم من رعاية للمزاج الذى يتوفرون عليه • وهكذا نقرأ فى البيتين رقم ٦٢٨ ــ ٦٢٩ :

والبرد ثم اليبس فى الدهالس | فهى اذن من اطيب المجالس
وقت هجوم الحر فى المصيف | عند اشتداد الوهج العنيف

وبالاضافة الى هذا فان تعرض المساكن لمختلف أنواع الرياح له أيضا أهميته ، لأن لكل ريح تأثيرها الخاص على مزاج أولئك السكان ، ولنقرأ على سبيل المثال البيت رقم ٦٢٥ :

وكل ما يكشف للدبور | ينفع كل بدن محرور

وعلى ضوء الذى تقدم نرى أن الأمر يتعلق هنا بطب وقائى قبل كل شىء ، بهدف الحفاظ على توازن الجسم الانسانى (باستعمال دقيق لسائر العوامل التى تحيط بالانسان بما فى ذلك المواد الغذائية والملابس والسكن والمناخ المحيط به) وتجنب الأمراض الممكنة •

وبعد أن تعرفنا على هذه المبادىء ، وهذه المفردات الأساسية فانه سيكون من السهل علينا أن نفهم مضمون « الشقرونية » •

ومن المفيد ــ اضافة الى كل هذا ــ أن ننبه الى أن الشقرونية أحيانا تحتوى على ذكر « أمزجة » علاوة على الأمزجة الأربعة التى تعرفنا عليها مما لم نقف له على تفسير معقول أو يتعلق الأمر بالأمزجة التالية : المزاج اللين ــ اللطيف ــ الغليظ ــ اللدن •



التعليــق

فيما يتعلق بالشكل :

لقد أدى ابن شقرون معلوماته بواسطة منظومة من بحر الرجز كما أسلفنا ، وبالرغم من اهتمامه بالتدقيق العلمى واستعمائه لبعض التعبيرات الدينية فانه ـ أحيانا ـ لم تفته النكتة والفكاهة وهو يعبر عن مقاصده •

وفى هذا النوع من الشـعر المسمى بالرجز نجـد أن كل بيت يتألف من (مستفعلن مستفعلن) ست مرات مجزأة على شطرين يتكون منهما البيت ، وقد كان هذا النوع من الشعر مستعملا كثيرا على هذا العهد وبخاصة فى المؤلفات العلمية لدرجة أن بحر الرجز كان معروفا عند الناس بحمار الطلبة ، يجدون ركوبه سهلا وقيادته فى متناولهم •

وأن هذا الأسلوب الموزون يفقـد أحيانا الوضوح المطلوب بسبب ارتباطه بقياس خاص وقافية محددة ، وقد يبدو من خلال هذا الوزن أنه ربما لا يؤدى موضوعات علمية بيد أن معايشة الأرجوزة يجعل الانسان يرتاح لقراءتها ويستأنس بوزنها وقافيتها ، فهى لأجل ذلك تقدم لك سائر أنواع المساعدة للذاكرة على نحو ما يعرف فى أيامنا بالوسائل الخاصة بتقوية الذاكرة :
«Moyeus Muémotechniques» التى تستعمل بكثرة من طرف الطلبة •

أما بالنسبة للعمق :

ان مجموع المعلومات التى تحتويها الأرجوزة على درجة كبيرة من الأهمية ، وهكذا فان هذا العمل يعكس صورة عصر وصورة حضارة مع كل ما يوجد فى ذلك العصر وفى تلك الحضــارة من مظاهر ســواء فى وسيلة العيش أو فى العادات الخاصة بالمائدة وأسلوب الهندسة المعمارية ، وطرق اللباس وما يتخلل ذلك من العلاقــات التى كانت للمغــرب مع الدول الأجنبية والأوربية على الخصوص ، وربما أيضا بعض الظروف السياسية القلقة •• ففى كل من هذه النقاط نجد هناك عناصر للمناقشة •

ومن جهة اخرى فانه من الناحية اللغوية نجد أن دراسة التعبيرات التقنية المتعلقة بتركيب الأدوية والمتعلقة بعلم التغذية (الحمية) ·· الخ ·· مثلا فيما يتعلق باصلها العربى أو البربرى أو الفارسى أو اليونانى ، تحتاج كذلك الى دراسة لا تخلو من فائدة ·

بيد أننا مع ذلك خصصنا تعليقاتنا بالميادين التى تمس الصحة التى كانت موضوع بحث الشقرونية ، وهذا على ضوء المعارف الحاضرة ، وهكذا فان تعليقنا ينصب اذن على علم التغذية وعلى المياه والمشروبات التى عالجناها على حدة من علم التغذية ، الصحة فى الملابس ، الصحة فى المسكن ، الصحة فى التنقلات والأسفار ·

ولنقل من الآن بأن هناك عرقلة هائلة كانت تعترض طريقنا فى التعليق ، تلك هى الانسياق فى نقد نظرية مقدمة الينا بنظرية أخرى ذات مبادىء تختلف تمام الاختلاف عن النظرية الأولى ، ومن أجل ذلك فاننا نحاول أن نتجنب النقاش العقيم مقتصرين على الحديث حول بعض النقاط العملية والمحددة التى تتعلق بالميادين المطروقة ·

فيما يتعلق بالفصل الخاص بعلم التغذية :

علـم التغذية (la Diététique) هو فـرع من علـم الصحة يهتـم بأنواع التغذية التى تقوم عليها حياة الانسان ، وكمـا أشرنا الى ذلك آنفا فان ذلك العلـم ، علـم التغذية ، يرتكـز فى الأرجوزة الشقرونية نفسـها على مبدأ « العناصر » ، وهكذا فانه من المستحيل أن نقوم فيها بتحليل ينبنى على معايير علمية عصرية ، وأكثر من هذا يمكننا ، بناء على بعض النقاط العملية ، أن نقوم بتقريب بين تلك العناصر وهذه المعايير ، على سبيل المثال فى موضوع تصنيف الطعام وموضوع الحمية الغذائية وموضوع بعض خواص الأطعمة ·

وأخيرا ، وكموضوع لا يقبل الانفصال عن علم التغذية ــ وهو ما يؤكده هذا الفصل ــ ما يتعلق بالأمراض (الفيزياء المرضية والعلاج) ، الشىء الذى جعلنا نخصه بفقرة فى نهاية هذا الشرح ·

قبل التعرض للمقارنات والشروح نبدأ بالأسس النظرية المتوالية لعلـم التغذية حسب مفاهيم القدماء (الطب العربى) ، وحسب مفهوم الطب الحديث ·

لنذكر أن لكل فرد ــ طبقا لمبدأ العناصر (أنظر مبادىء الطب العربى) ــ خاصية معينة (حسب نسبة الأخلاط الأربعة التى تركبه) تكشف دائما عن عدم

توازن ما ، (حرارة ، برودة) ومن جهة اخرى ، وبالطريقة نفسها ، فان لكل غذاء مزاجا معينا (حسب نسبة العناصر المركبة له) ؛ وهكذا فان الدور الذى تلعبه العناصر هو احداث التوازن فى « مزاج » الأفراد ٠

هذه الطريقة فى الرؤية ستتخذ فى جميع المستويات ولا سيما :

ـ فى تحديد كيفية التغذية (النظام الغذائى) ٠

ـ وفى كيفية وصف الأغذية ، وبالمناسبة فهذا هو التصميم النموذجى الذى استخلصناه من الأستاذ ابن شقرون :

١ ـ مزاج الغذاء ٠

٢ ـ تاثير الغذاء فى الجسم ، ويذكر الأستاذ فى هذا الموضوع من جهة الفعالية المنتظرة لمزاج الغذاء (اعادة التسخين ، واعادة التبريد ٠٠٠) ومن جهة اخرى فعالية او فعاليات تعاين بالتجربة (مثل خاصية امساكية الخروب) ٠

٣ ـ الأغذية النباتية المتنوعة ، ولنذكر ـ فى هذا الصدد ـ انها كلها محلية ومغربية ، بل خاصة بذلك العهد ٠

٤ ـ مصلحات (او ملطفات) ، الأغذية « اصلاح » ، ولنسجل بخصوص هذه الفكرة التى تتردد مرارا فى الأرجوزة ، ان هناك ثلاث فرضيات شارحة :

ـ مصلحات قد يكون الهدف منها احداث توازن فى مزاج الغذاء نفسه ٠

ـ مصلحات قد يكون الهدف منها جعل الغذاء كاملا من الناحية الغذائية (البيت رقم ٥٩) ٠

ـ كما قد يكون هدفها تسهيل هضم الغذاء (البيت رقم ٥٣) ٠

وهذه الفرضيات الثلاث يمكن ان تصلح كلها حسب الحالات ٠٠

أما ما يتعلق بعلم التغذية الحديث ، فان تحديد الحاجيات الغذائية للجسم يرتكز كليا على اسس اخرى ، اهمها الارتياح الى الحاجيات الطاقية المقدرة بالحريرات (alories) (او الكللوريات) ، حيث أن الهدف منها تامين الأيض (١) الأساسى (او الاستقلاب الأساسى) ، وتسلسل مختلف الوظائف ، والعمل العضلى ٠٠ الخ ٠٠ ان دور الأغذية هو تأمين هذه الطاقة بفضل محتواها من السكريات والدهنيات والبروتيدات ، وعلاوة على هذا يجب احترام

---

(١) الأيض هو مجموع التحولات الكيميائية الطاقية التى تعرفها الايضة : Métabolite ، والايضة هى احدى مركبات المادة الحية مثل الكلوكوز ٠

عدد من التوازنات ، واهمها التناسب التـام بين هذه المكونات الثلاثة لقاعدة الحاجيات الطاقية ، واخيرا ، ولكى تكون التغذية كاملة يجب تزويد الجسـم ـ وبكميات محددة جيدا ـ بالمواد التى يعجز عن تمثيلها والتى يمكن اجمالها فى بعض الأحماض الأمينية الضرورية ، والحيمينات (او الفيتامينات) ، والأملاح المعدنية (كلسيوم وفسفور •••) والعناصر الكيميائية الضرورية غير الأساسية (الحديد •••) •

من هذه المعطيات ينطلق حساب الحصة الغذائية (بمعدل ٢٠٠٠ حريرة يوميا بالنسبة لفرد بالغ عادى) والنظام الغذائى ، وكذلك تصنيف وكيفية وصف الأغذية ، هذه الكيفية التى تعتمد على محتوى الأغذية من بروتيدات وسكريات وأملاح معدنية وحيمينات •

وهكذا فان التباعد بين هذين المفهومين جلى وواضح ، والتحليل الحقيقى للأرجوزة حسب الأسس العلمية الحديثة يستحيل اجراؤه ، الا انه من الممكن عمليا تقريبها من هذه الأسس ، وقد فعلنا ذلك بالنسبة لتصنيف الأغذية والنظام الغـذائى وبعض خصـائص الأغذية ، وكان ذلك خلاصـة الملاحظة والتجربة (ولا علاقة له بمبدأ العناصر) •

ولدراسة تصنيف الأغذية فى الشقرونية عمدنا الى التصميم المعتمد من قبل الأستاذ شارحينه اولا باول •

يبدأ المؤلف بما يسميه « الحبوب » وهو يضم الى هذا المصطلح « الزروع » (كالقمح والشعير والذرة والأرز والدخن « او الذرة البيضاء » •••) وكذلك القطانى (كالفاصوليا والحمص والعدس والفول •••) وكونه يبدأ بهذه الأغذية يدل على انها أساسية فى التغذية (كما هو الحال فى بلادنا الآن) ، زد على ذلك أن هاتين المجموعتين الغذائيتين ـ رغم اختلافهما فى الشكل ـ فانهما تشتركان فى غناهما الغذائى بفضل محتواهما البروتينى النباتى خاصة •

وبعد فصل « الحبوب » ياتى فصل الأغذية المركبة ، وهو فصل هام جدا لتعدد الأصناف الطبخية التى يذكرها (لكن دون شرح) ، ثم ينتقل الى فصول متتابعة ـ لحوم الذبائح ، والدواجن و (البيض) ، والأسماك ، والقنيصة ذات الشعر ـ وهذه الفصول تضم بالفعل المنتجات ذات الأصل الحيوانى (مصدر البروتينات الحيوانية) ، ولقد اخترنا أن نقول بضع كلمات فيما يخص اللحوم ، ففى الواقع أن أحكام الأستاذ المتعلقة باللحوم ـ طوال مؤلفه ـ أحكام متغيرة ، فتارة يقومها وطورا يذم بعضها بقوة مذكرا فى هذا بالمجادلة الحالية فى شأن هذه المادة من الغذاء • وقد سجلنا فى هذا الفصل نفسه ملاحظة هامة : خطر « تعفن » تقطير اللحم الذى يحذر منه الأستاذ ، الأمر الذى يجبر ـ من جهة

اخرى ــ على التزام قاعدة صحية أساسية ، فالتبريد العاجل للحوم ضرورى نظرا لاحتوائها على كمية كبيرة من المواد القابلة للتعفن والتحلل ٠

وبنفس تسلسل الأفكار نذكر بتدبير صحى لا يقل أهمية عن سابقه ، انه الرقابة البيطرية للحوم قصد الحيلولة دون العديد من الأمراض المعدية البكتيرية والطفيلية القابلة للانتقال الى المستهلك (كالحمى المتموجة أو ما يعرف أيضا بالحمى المالطية ، والكيس المحتوى على يرقات الدودة الوحيدة ، والاسكاريس) ولنذكر كذلك أن الأستاذ ابن شقرون فى معرض ذمــه للحــم البقر يقول انها « مسببة للأورام » (الكيس الحاوى ليرقات الدودة الوحيدة) ٠

غير أننا نسجل ــ كنقد لهذا الفصل ــ أن الحليب ومشتقاته التى تكون هى أيضا مصدرا أساسيا للبروتينات الحيوانية ادرجت فى نهاية فصل علم التغذية بعد مياه الشرب ، فى حين كان بالامكان ايجاد مكان لها فى هذا الباب ٠

زد على ذلك أن الحليب ومشتقاته له أيضا مكانة هامة فى مجال علم الصحة الغذائى ، سواء بسبب قيمته الغذائية التى يؤكد عليها الأستاذ أو بسبب التدابير الصحية المتعددة التى تتخــذ منه مــادة لها ، وفى هذا الصــدد ، فان المؤلف ــ للأسف ــ لم يلمــح لها ، باستثناء ما ذكره اغلى الحليب قبــل تناوله من فائدة ٠

وبعد اللحوم بصفة عامة يتعرض المؤلف لفصل الثمار ثم الخضر ، فاصلا اياهما عن سابقيهما ، والذى يبرر جمعه لهما معا هو أصلهما النباتى ، وكونهما المصدر الرئيسى للفيتامينات أو الحيمينات بالنسبة للجسم ٠ بيد أن التصنيف الذى تبناه عند تقديمهما ــ وهو تارة يجمعهما حسب وسط زراعتهما ، وتارة اخرى حسب موسم جنيهما ، وطورا حسب خاصية مشتركة ــ بعيدا عن التصنيف العلمى الحديث (أى جمعها حسب العائلات والأجناس ، والأنواع) ، وهو دائما تصنيف عملى يقترب من الواقع اليومى ، ويبقى العثور عليه سهلا ٠

ثم ينتقل المؤلف الى استعراض التوابل أو بصفة أدق البهارات ، ذلك أنه يضم اليها كلا من البقدونس والخل ٠

هذه المنتجات التى ليست بحق أغذية ، لكن لها أهمية بالغة فى التغذية ؛ ذلك أنها ــ باضافتها على الأطعمة مذاقا ــ تثير الشهية وتيسر الهضم ٠٠ والنقد الوحيد الذى يمكن توجيهه الى هذا الفصل هو أن زيت الزيتون ــ كما لاحظ المؤلف نفسه ذلك ــ غذاء بكل ما فى الكلمة من مغنى وليس فقط من التوابل ٠

ويختم الأستاذ بمياه الشرب (المشروحة فى جانب آخر نظرا لأهمية هذا

الفصل) ، وبالألبان ومشتقاتها (المشروحة فى فصل المنتجات ذات الأصل الحيوانى) •

ويعد النظام الغذائى نقطة أخرى عملية فى المقارنة ، ومن أجل تحديد صنف النظام الغذائى الموصى به فى « الشقرونية » نبدأ بالتذكير بمختلف كيفيات التغذية المقبولة حديثا •

ان علم التغذية الحديث ، باتخاذه ـ كقاعدة اساسية ـ الاشباع) الكمى والكيفى) بالمكونات الأساسية (السكريات ، والدهنيات ، والبروتيدات) ، وكذلك بالفيتامينات (أو الحمضيات والأملاح المعدنية ، والعناصر المعدنية ، الضرورية غير الأساسية) (Les oligo-éléments) ، يعترف بوجود انماط من الأنظمة الغذائية ، وذلك كالتالى :

حسب العادات الغذائية نميز بصفة رئيسية بين :

ـ النظام اللحمى (المتنوع) الذى يضم لحوم الحيوانات فى التغذية ، والمتبنى عادة من طرف جميع الناس •

ـ الأنظمة النباتية التى تبعد اللحم عن التغذية ، انها حالة النظام الذى لا يبعد الا لحوم الحيوانات (النظام البيضى ـ الحليبى ـ النباتى) ، وحالة النظام الذى يستبعد جميع منتجات الأصل الحيوانى كاللحم بصفة عامة والبيض والحليب ومشتقاته (النظام النباتى) •

وهناك نظام هو وسط بين الصنفين السابقين ، ويرفض لحم الحيوانات والبيض ، الا انه يضم الحليب ومشتقاته مؤمنا بهذا نقلا تاما للبروتينات الحيوانية •

حسب الحاجيات والظروف ، توجد نماذج تختلف باختلاف :

ـ العمر : فتغذية الوليد والرضيع فى الواقع تختلف كليا عن تغذية الشيخ •

ـ والنشاط : فالحاجيات الغذائية لعامل فى اشغال شاقة فعلا هى اكبر من حاجيات فرد عادى النشاط •

ـ والحالات المرضية : فمثلا هناك نظام غذائى فيه قصور حريرى (فيتامينى) لمكافحة السمنة ، وعديم الملح عند الشخص المصاب بتوتر الأوعية الدموية ، وعديم السكر عند المريض بالسكرى ، وترك الأغذية الغنية بـ Purines عند المصاب بمرض الكلى (l'Urémique)

وبرجوعنا الى « الشقرونية » يمكن أن نقول ـ على ضوء ما سبق ـ أن كيفية التغذية المنصوح بها توافق النظام اللحمى (المتنوع) ، باستثناء لحم الخنزير والكحول لأسباب دينية ، وهذا ـ طبعا ـ هو النظام الغذائى التقليدى المتبع لدينا .

ويذكر الأستاذ بالاضافة الى ذلك مسائل مختلفة نذكر منها :

ـ نصائح غذائية حسب النشاط (البيت رقم ٥٨) .

ـ ما يمكن أن يشبه نظاما ناقص الملح (البيتان رقم ٢٢٠ ـ ٢٢١) ويتعلق اكثر بالانصباب الجنبى (l'épanchement pleural) وبالسقى الباطنى l'aseite (١)

ـ عدة تلميحات للاغذية المبدنة (الأرز ، الحمص ....) التى يظهر لنا ارتباطها باهتمامات جمالية .. ولكل عصر قواعده ! .

أما المفهوم الحقيقى للنظام الغذائى المستخلص من الأرجوزة فعلا ، فهو مختلف جدا ، ويتجاوز الوصف البسيط لـ « نظام لحمى » أو « نظام متنوع » ، ومن خلال المبادىء التى يحددها الطب العربى نفسه ، فأن لكل فرد ـ حسب طراز « الطبع » الذى ينتمى اليه ـ نظاما خاصا يضم الأغذية التى تناسبه (حسب قاعدة توازن الأمزجة ») ، والمهيأة بمهارة مع مراعاة توازن الأمزجة دائما .

وثمة نقطة أخرى للمقارنة ، وهى دراسة بعض الخصائص الخاصة بالأغذية :

ـ بعض الخصائص للاغذية ، وتعترف بها الشقرونية ، وقد أكدها واستغلها العلم الحديث حاليا .

وسنبدأ بالشعير الذى يقدم كعلاج ضد الامساك (البيت رقم ١٥٥) . فى الواقع ، أن الدور المفيد للزروع (القمح ، والشعير ، والذرة ...) فى علاج « القبض » بالتخفيف منه ، عمل معترف به ، بفضل غناها بالسيلولوز (وذلك فى النخالة) ، انها تلعب دور محفزات ميكانيكية للأمعاء أثناء النقل المعوى حيث تكسب الغائط كثافة . وتوجد حاليا اختصاصات غذائية تعتمد أساسا على القمح «Fibronson» «Action»

هناك غذاء آخر هو الخروب الموصوف فى (البيت رقم ٣٥٣) كقابض ،

---

(١) السقى ، هو علامات اختلال كهرمائى تحليلى .
l'ascite : des signes de désordre hydroclectrotitique

وهو معروف، حاليا بفاعليته ، خاصة ضد الاسهال عند الرضيع ، انه تاثير يعزى من جهة الى مادة البكتين والى دبغ العفص ، ومن جهة أخرى الى مواد مانا جالاكتانيس (Mannanes and galactanes) الموجودة في الحبوب (أنظر جمال بلخضر في الطب التقليدي والسمامي) (O. SAHAR)[1]

وتوجد ايضا اختصاصات صيدلية : « الخروبة » و « خربون » ، ويمكن أن نقرن بهذا الأخير التفاح كقابض (البيت رقم ٢٦٠) ·

وهذه الخاصية التي تعود الى غناه بالبكتين ، تبرز وصفه كعلاج ضد اسهال الرضيع ·

وبالنسبة لبعض الخصائص المتعلقة بأغذية أخرى ، حاولنا اعطاء تعليلات علمية وذلك كالتالي :

ـ أغذية موصوفة بأن لها خاصية « تجديد الدم » أو « اضفاء الألوان » (لقد اعتقدنا بامكانية جمع هاتين الخاصيتين لسبب واحد : هو انتاج افضل للكرات الحمراء) ، ويتعلق الأمر باتفاق الأرز وخبز القمح والتمر والبصل ، هذا الاتفاق الذي يتجلى في نقطة مشتركة : هو غناها بعنصر أساسي في أيض الخضاب الدموي : الحديد Fer

ـ بعض الأغذية الموصوفة كمثيرة للشهوة الجنسية مثل القمح وصفار البيض وعاملها المشترك هو غناها بالحيمين (أو فيتامين) E (المعروف كذلك تحت اسم « حيمين الاخصاب » في حين أن دوره لم يحدد بالضبط بعد ···) ·

ولنسجل مع ذلك بالنسبة لمسألة الأغذية المثيرة للشهوة الجنسية (أغذية ومستحضرات) افتقار المؤلف للموضوعية أحيانا ، بل ان عدة وصفات مقترحة « سرية وسحرية بعض الشيء » ، كانت أحيانا خطيرة كالمستحضر الذي يضم الزبيب البري أو (حب الرأس) (بيت رقم ٥٣٧) ·

وفي لائحة الأغذية التي يعرض بها المؤلف ، نجد الفول على رأس القائمة ، وقد ذكرنا الحاج الأستاذ في ذمه هذا له ـ زيادة على هضمه البطيء ـ بمرض معروف تحت اسم « فافزم » Favisme ، يقوم على انحلال حاد في الدم يحدث عند أفراد ذوي قصور طبيعي في هضم الفول (بسبب عجز أنزيمي في افراز الأنزيم المنحي للهيدروجين ، كلوكوز ـ ٦ ـ فوسفور ···) ·

وكذلك كان السكر مذموما في مواضع متعددة عند الاستاذ الذي تحدث عن الحكة (وهي أحد الأعراض الممكنة لمرض السكر) ، والناتجة عن الافراط

فى تناول التمر (البيت رقم ٣٤٠) ، كما لم ينس من جهة اخرى الاشارة الى اضراره بالأسنان •

الا أن القائمة طويلة ، وبالتالى لا يمكننا أن نستعرض كل ما قاله الأستاذ بالنسبة لكل غذاء على حدة : كمدح مبرر أو غير مبرر ، أو كتعريض خاطىء ، أو صائب ، أو اغفال شىء ما • ذلك أن مثل هذه الدراسة تتجاوز اطار عملنا الحاضر •

ولانهاء هذا البحث الخاص بعلم التغذية ، نسجل ملاحظات هامة :

ما يتعلق بتاثير الطبخ على الأغذية ••

ـ أذى المقلى من اللحوم الذى اشير اليه مرتان فى الشقرونية (البيتان رقم ٩٩ و ١٦٩) يضم الى رأى مؤلفين محدثين فى أن الشحوم المطبوخة ضارة بالجسم ومسرطنة (الموسوعة الحديثة فى علم الصحة الغذائية ليديرر (Le derer)

ـ الخاصية المعروفة فى اتلاف الطبخ « للقوة المغذية » فى الغذاء (البيت رقم ١٤٧) يمكن أن تكون قريبة من مفهوم حديث هو اتلاف الطبخ للحيمينات (أو الفيتامينات) •

ـ ما يتعلق بتاثير الأغذية على تصرف الشخص (الأبيات رقم ١٦٦ و ١٢٨ و ٣٢٢) انه من السهل أن نضيف اليه هذه الأطروحة ـ اذا ما ذكرنا أن العديد من المخدرات نباتية ، ودون أن نذهب بعيدا ـ اننا نستعمل يوميا فى تغذيتنا الشاى والقهوة كمغيرات مزاجية ••

ولكى يشمل هذا الاستنتاج حتى الأغذية بحصر المعنى ، فليس هناك الا خطوة ، ولتاكيد ذلك يكفى ملاحظة التصرف الهادىء عند الحيوانات آكلة الأعشاب ، الشىء الذى لا يوجد عند الحيوانات المفترسة •• ! ونستطيع فى الختام أن نتوج ذلك بالمثل القائل : « **انت تصبح كما تأكل** » •

ملاحظة تتعلق بمعطيات علم الفيزياء المرضى : Tu deviens ce que tu manges

ان الأمراض ، بصفة عامة ، تئول كلها ـ حسب المبدأ نفسه فى الطب العربى ـ الى اختلال فى توازن المزاج ، وحسب المبدأ نفسه توصف بعض الأغذية فى العلاج ، ومع ذلك ، فانه من الممكن احيانا الاقتراب من بعض المعطيات وذلك كالتالى :

ـ بعض المعطيات التى تقترب كثيرا من المفهوم الحديث ، ولقد اخترنا مثالين فى هذا الموضوع :

* شلل الوجه « اللقوة » الموصوفة عند الاستاذ بأن السبب فيها يعود الى البرد الزائد أو « ضربة البرد » •

* الاستسقاء الذي له علاقة بالسقى ، وحسب مختلف المميزات التى أتت بها الشقرونية هو ناتج عن اصابة كبدية (البيت رقم ٢٢٧) ، وعن عدم توافقه مع الأغذية المالحة (البيت رقم ٢٢١) ، ويظهر أن له علاقة أكيدة بالسقى الناتج عن تشمع الكبد •

ـ معطيات اخرى صعبة التأويل ، انها حالة ظاهرة الانسداد « السداد » ومقابلها الانفتاح « الانفتاح » فى بعض الأعضاء (الكبد والطحال) ، ويظهر أن لها علاقة بظاهرة احتقان هذه الأعضاء •

ـ أما بالنسبة لأمراض أخرى ذات تسمية حديثة « كأمراض الكلى والكبد ، وسلس البول ، وحصى الكلى ٠٠ الخ » ٠٠ فان المؤلف لم يحددها ، ولم يزد على كيفية عمل الأغذية الموصوفة فى علاج هذه الأمراض ، هذه الكيفية التى لم يعلل تأثيرها الناجع الا بهذا السند البسيط : « **قال الحكماء ••••** » •

وفى النهاية ، نشير الى أن السحر يعتبر مرضا يعالج بصمغ شجر (البيت رقم ٣٤٧) ، الشىء الذى يذكر بالدور المفيد الناتج عن عمل سن الضـــبع كتعويذة (البيت رقم ٥٨٢) والمشار اليه فى فصل علاجات الذكاء ، وهذا يعنى الدخول فى طب الشعوذة ، الا أن هذه المعطيات ـ لحسن الحظ ـ نادرة فى « الشقرونية » •

وبالاعتماد على دراسة هذه النقط القليلة ، يمكن الاستنتاج بأن هذا العمل غنى يشهد من جهة لأبن شقرون بمعرفة عميقة بالأغذية وخصائصها ، لكنه فى الوقت نفسه ، وبكيفية موازية ، يظهر أنه يحتوى على عدد من الثغرات التى يعكس بعضها حدود معارف هذه الفترة من تاريخ البشرية (خصوصا الجهل بالمتعضيات المجهرية المرضية) ، وبعضها الآخر يحط من شأن هذا الطب •

ولنذكر مرة ثانية أنه لا يمكن تطبيق التحليل على ضوء المعلومات الحديثة على « الشقرونية » الا فى حدود ، لأن هذا العمـل يرتكز على مفهوم مغـاير تماما •

ما يتعلق بمياه الشرب :

فى هذا الفصل المتعلق بمياه الشرب ، استخلصنا أربع نقاط أساسية :

الخصائص الفيزيائية للمياه ، وتركيبها الكيميائى ، وأخطار الماء (أو الأمراض المائية) ، وبعض النصائح فى علم التغذية •

يبدأ ابن شقرون بوصف المزايا التى يجب توافرها فى مياه الشرب ، فيذكر فى هذا الصدد طعمه الذى يجب أن يكون عذبا ، ثم صفاءه وشفافيته ٠

ولكى نستكمل الحديث عن ماء الشرب فعلا ، ونجعله فى شكل علمي مقبول ، فانه من الأنسب أن نضيف خاصيتين فيزيائيتين أخريين هما : انعدام الرائحة وانعدام اللون ٠

ويتطرق المؤلف ، فيما بعد ، لدراسة مختلف المياه حسب مصادرها (المطر ، الأنهار ، المياه الجوفية ٠٠٠٠) حيث يتعلق الأمر هنا عمليا بدراسة كيميائية للمياه ٠

وأفضل ماء يذكره المؤلف هو ماء المطر ، وذلك لأنه ينشأ مباشرة عن طريق تبخر مياه البحر ، أما عن ملاحظة « تلطف الماء بواسطة الهواء » فتعليلها كون ماء المطر يصبح غنيا بالغاز أثناء اجتيازه للغلاف الجوى ٠ والنقص الوحيد الذى نذكره بصدد ماء المطر هو افتقاره الى الأملاح العدنية التى يعوضها عند اختلاطه بالتربة ٠

أما مياه الأنهار فيصفها بأنها « قائمة مقام غذاء » ، وهذه الملاحظة ــ فى نظرنا ــ تتصل بما قاله المؤلف فى نهاية هذا الفصل ، أى ما يتعلق بتاثير اتربة مجارى المياه على جودة (تركيب) المياه ، وهكذا فان وصف « مقام غذاء » يعود لغناها بالعناصر الكيميائية الضرورية (Les oligo-éléments) ولنجدد هنا بأنه اذا كان الرصاص (Plomb) جد مذموم من قبل المؤلف (نعلم حاليا مفعوله التسممى داخل المعدة ، أو ما يعرف بالتسمم الرصاصى) ، فان الحديد (Fer) ــ بالمقابل ، وخلافا لما تقدم فى الأرجوزة ــ عنصر غير مرغوب فيه ، ومادة يجب ابعادها بشكل تلقائى فى المعالجة الحديثة للمياه الموزعة ٠ ودائما فى اطار التركيب الكيميائى للمياه ، وبما يتعلق بالتجربة (البيتان رقم ٤٧٩ و ٤٨٢) التى تسمح بمقارنة « وزنى » ماءين ، فاننا لا نرى الفائدة العملية من هذا المعطى ، كما أن أى عمل مختص لم يشر الى ذلك بيد انه يمكن أن يقترب من مفهوم «صلابة» ماء ، وهى خاصية تدل على ماء ذى محتوى يقل أو يكثر من الأملاح الكلسية والمغنيزية ٠

والنقطة الثالثة فى النقاش هى دراسة الأمراض التى يتسبب فيها الماء ، وهى ما يعبر عنه بالمصطلح الحديث : « ميكروبيولوجية » المياه ٠

ونرى فى هذا الموضوع بالذات ــ رغم وسائل البحث المحدودة فى تلك الفترة ــ أن هنالك حدسا ما ٠ أما من ناحية وجود أمراض ينقلها الماء ، فاننا فى الواقع نعرف حاليا أن الماء يمكن أن ينقل العديد من الالتهابات ، سواء منها

التطفلية (مرض البلهارسيا ، وداء الديسكوماموزيا والفيلاريوزيا ٠٠ الخ أو البكتيرية ، التيفوييد ، الديسنتيريا ، الكوليرا ٠٠ الخ) ٠ أما ادانة المؤلف لـ « ماء الغدير الراكد » فهو معلل تعليلا صحيحا ٠

والفقـرة التى تصـرم شرب الماء المخـزون لها ارتباط بهـذه المعطيـات « الميكروبيولوجية » ، فماء غير معقم هو فعلا ماء « قابل للتعفن بعد بضعة أيام بسبب تكاثر المتعضيات (أو الأحياء) الدقيقة التى تحتوى عليها فى الأصل ، ويمكن أن يتسبب فى اضطرابات متنوعة تزيد أو تنقص خطورتها حسب طبيعة هذه الجراثيم وضراوتها ٠

وهذا يرتبط أخيرا ـ فى نهاية الفصل ـ بحظر شرب المـاء خلال فترات انتشار الأوبئة ٠

وللاسف فالمؤلف لم يعط أية فكرة عن طريق التخفيف من هذه الأضرار (على الماء مثلا ٠٠٠) ، مع أنه فى فصل الأسفار يذكر مستحضرا يضاف الى مياه الشرب ، وهذا يطابق كثيرا وسيلة من وسائل تطهير ماء مشكوك فيه (قارن ذلك بما ورد فى التعليق على هذا الفصل) ٠

واستنتاجا من دراسـة هذه النقط الثـلاث المتعلقـة بالميزات الفيزيائية والكيميائية والميكروبيولوجية لمياه الشرب ، يمكن القول بأن المؤلف ألم بالمشكل ، وهذه ـ هنا ـ هى المعايير الثلاثة المقبولة اليوم فى دراسة المياه ٠

وهناك ملاحظة تتعلق بافضلية « الماء الجارى صوب المشرق » ، فلكى نفهم ذلك علينا أن نتذكر ظاهرة التنقية الذاتية فى الأنهار ، وبالفعل « فعلى بعـد سبعة كيلو مترات من سافلة النهر ، حيث يصب الماء الوسخ (عند مخرج قرية ما مثلا) تسترجع المياه الجارية نقاوتها ، وهذا يتم بفضل الفاعليات المتناسقة المضـادة للتعفن ، لكل من الشمس وعملية الخض والاوكسجين » (الموسوعة الطبية Quillet) وهكذا فان مجرى الماء فى اتجاه شروق الشمس ، والذى يمثل مساحة تماس كبيرة بالأشعة الشمسية ، يشـكل بالفعـل مجالا لأفضـل تطهير ٠

وأخيرا يختم المؤلف بنصيحة فى علم التغذية تتعلق بالتحذير من شرب الماء خلال الأكل أو بعده مباشرة ، وهذا يعلله كون الماء يمدد العصارات الهاضمة ، وبالتالى يعاكس الهضم ٠

وختاما ، لنقل : انه بالرغم مما يحتوى عليه هذا الفصل من ثغرات صغيرة ، فليس هنالك شك فى أن الأمر يتعلق بدراسة اختصاصى ٠

ما يتعلق باللباس الصحي :

نقدم أولا وجهة النظر التقليدية (وجهة نظر الأرجوزة) ، ثم وجهة النظر الحديثة ، ثم ننهى بمقارنة بعض المعطيات ٠

خلال هذا الفصل نرى :

– من جهة شمول مبدأ العناصر للانسجة والألبسة الممكن تكيفها مع « طباع » الأفراد للمحافظة على توازن « المزاج » والوقاية من المرض ٠

– من جهة ثانية ، والى جانب هذا الدور الوقائى ، هناك دور علاجى خاص بالكساء ، سواء ضد أمراض خارجية (كأمراض الطفيليات الجلدية ٠٠٠) ، أو ضد أمراض باطنية عصبية ، وأخرى غير عصبية ، ان هذه المعطيات كانت تستحق فى الواقع الخضوع للتجربة ٠

ان علم الصحة الحديث يهتم هو أيضا بالكساء ويحفظ له مكانته ، الا أن له اهتماماته ومعاييره التى تختلف عن غيرها ٠

ان الكساء – حسب هذا المفهوم – يلعب فى الأساس دورا وقائيا ، وذلك بحفظه الجسم (من البرودة والحرارة والرطوبة ميكانيكيا) ، بشرط الا يخل بوظائف الجلد (التبخر ، التنفس ، طرح الافرازات ٠٠٠) ٠

ان خاصية حفظ الجسم من البرودة ، متعلقة بنسبة الهواء المنتشر وسط النسيج المفصل كساء ، فاكثرها احتواء على الهواء افضلها حفظا للجسم ، وهكذا فالأقمشة الصوفية تمثل افضل كساء شتوى لاحتوائها على ٩٥٪ من الهواء ٠

أما حفظ الجسم من الحرارة فيتم بفضل أقمشة تسمح بتبخر افضل فى الجلد ٠ ويتعلق الأمر بانسجة جد نفاذة للهواء ، كما هو الحال فى القطن والكتان اللذين يتكيفان مع الصيف ، وهنا يتدخل اللون أيضا لاعبا دوره ، فالألوان الفاتحة هى أكثر حفظا من أشعة الشمس ٠

أما حفظ الجسم من الرطوبة فيتم تأمينه عن طريق الأنسجة غير النفاذة ٠

وأخيرا تمثل الأحذية وطريقة تصفيف الشعر جزءا من الكساء يجب أن تتكيف حسب الظروف ٠

مما سلف يمكننا عمليا تسجيل بضع نقاط مشتركة ، فالصوف المصنف

« ساخنا » فى « الارجوزة » يعد حقا ـ حسب النظرية الحديثة ـ لباسا شتويا ، والكتان الموصوف « بالبارد » فى المفهوم التقليدى يعد كساء صيف حسب المفهوم الحديث .٠٠ والتناقض الوحيد هو المتعلق بالقطن الذى يشكل ـ حسب النظرية الحديثة ـ وقاية من الحرارة ٠

ومع ذلك ، فلنذكر مرة أخرى بأن تباعد المفهومين يعد من تحليل أحدهما للآخر ، وأخيرا يمكن أن يكتملا بالدور العلاجى الخاص بالألبسة فى المفهوم التقليدى ٠

ما يتعلق بتهوية المساكن :

فى هذا الفصل القصير المعنون « بتهوية المساكن » يبرز المؤلف نقاطا هامة مختلفة متعلقة بصحة المسكن : تكييف الهواء ، والتهوية بحصر المعنى ، والمناخية التى هى مجال أصيل ٠

ان تكييف هواء المساكن من أكثر اهتمامات المؤلف ، هو يبدو من جهة كأنه همه الأول : وان الوسيلة الوحيدة المقترحة فى أيامنا هذه هى استعمال أجهزة تدفئة الهواء أو تبريده ، وليس من المفيد سرد الامكانات العديدة التى تقدمها التقنية الحديثة فى هذا المضمار ٠

ان أصالة المؤلف تعود الى اقتراحه حلا بسيطا وهو تكيف معمارى بسيط (أبواب واسعة ، وفتحات ضيقة ٠٠٠ الخ) ٠

ويظهر اذن أن الشغل الشاغل للمؤلف هو مكافحة الحرارة ، الشىء الذى يفسر بسهولة لو وضع المؤلف فى سياقه الجغرافى (منطقة فاس ـ مكناس ذات المناخ القارى والصيف القاسى الشديد) ٠

واذاكان المؤلف لا يتكلم عن وسائل التدفئة ، ولا عن وسائل التبريد ولو كانت متواضعة ، فان ذلك ـ فى رأينا ـ من أجل تأكيد امكانات الفن المعمارى الشىء الذى يذكرنا بالبيت المغربى التقليدى المتكيف تماما مع المناخ المحلى (هذا البيت ذو النوافذ الصغيرة المشرفة على الخارج ، والغرف الواسعة المفتوحة على فناء داخلى) ٠

أما ما يتعلق بالتهوية بحصر المعنى ، فالمؤلف لا يلمح اليها الا مرة واحدة ، وذلك عندما يتكلم عن الخيام (البيت رقم ٦١٩) حيث يقول : « الهواء لا يحتقن ، من أجل هذا برئت من العفن » ٠

نحن نعلم حقا أن الهواء الراكد داخل غرفة مسكونة يصيبه فساد بفعل :

ــ تنفس ساكنيها الذى يرفع من نسبة ثانى أوكسيد الفحم Co^2 ، وهذا ما يجعل الهواء شيئا فشيئا غير قابل للتنفس (نسبة الهواء النقى المناسبة فى حجرة هى ٣ر٠ فى الألف) ، ويرفع أيضا نسبة رطوبة هواء الغرفة ودرجة حرارتها مخلا بالمبادلات الجلدية ٠

ــ الظواهر الطبيعية الأخرى مثل افراز العرق ، وخروج الغازات المعوية التى تحمل الهواء مادة طيارة وبخار الماء ٠

ــ ومن أسباب التلوث الأخرى الغبار وأجهزة الانارة والتدفئة (قد تطلق هذه الأخيرة غازات قاتلة كاول أوكسيد الفحم Co ٠٠ الخ) ٠

كل هذه العوامل تبرر استعمال ابن شقرون مصطلح « تعفن الهواء » ٠

بيد أن الوسيلة الوحيدة التى يذكرها هى العيش تحت الخيام ، فى حين توجد حاليا وسائل لتغيير هواء الغرف ، ونظريا يجب أن يتوفر مصدر لهواء نقى الى جانب فوهة عالية لطرح الهواء الفاسد (على علو يبلغ ثلثى الجدار) ، هذا الهواء الذى يتصاعد لأنه أسخن من الهواء البارد ، وتغيير الهواء يجب أن يحدث بسرعة تحدد هكذا ٥٠/٥ Optium de Om 50/5

وتتوافر عمليا تقنيات عديدة تزيد أو تنقص تكلفا عن بعضها (فتحات خاصة ، مدافىء خاصة ٠٠ بالنسبة للشقق توجد شبكات ناقلة لهواء مكيف ٠٠٠) ٠

فيما يتعلق بالمناخية والتى هى « مجموع المعاينات والاستنباطات المستخلصة من دراسة المناخ بغية تطبيقها على الصحة وفى علاج الأمراض » (لاروس) ، فان المؤلف يتكلم عنها كاحدى الاهتمامات اليومية التى يجب أن تكون محل اعتبار عند اختيار موقع المسكن ، وطريقة تعريضه للشمس ٠

هناك نقطتان تثيران الانتباه :

ــ مزايا المرتفعات حيث يكون الهواء فعلا نقيا ٠

ــ التعرض لمختلف الرياح حسب الحاجة ، وفى هذا الصدد نلاحظ مرة أخرى شمول مبدأ العناصر للرياح ٠

ورغم اهمال الحياة الحديثة لهذا العلم قليلا ، فانه موجود ، وقد اثبت قيمته خاصة فى ميدان العلاج ، ولنذكر على سبيل المثال :

ـ الاستشفاء فى المرتفعات بالنسبة للمصابين بداء الربو وبالسعال الديكى ، والمصابين بالالتهاب الشعبى ٠

ـ الاستشفاء الشمسى فى المرتفعات للمصابين بداء السـل فى المصحات القديمة ٠

وليست هذه ـ كما ذكرنا ذلك من قبل ـ الا بضع نقاط تتعلق بصحة المساكن ، ولهذا الميدان فى الواقع اهتمامات أخرى هامة لم يتطرق اليها المؤلف ، مثل حالات :

ـ التشمس (المعروف بدوره التطهيرى حاليا ، وكذلك بكونه يسمح للاشعة فوق البنفسجية بالمساهمة فى تخليق الحيمين « الفيتامين » D فى الجسم ٠٠٠) ٠

ـ محاربة الرطوبة (لاتقاء الاصابة ببعض الأمراض كالسل مثلا) ٠

ـ نظافة المنشآت الصحية والنظافة على نحو عام ، غير اننا لا يمكن أن نلوم ابن شقرون ، الذى اراد ان يحصر موضوعه فى بضع نقاط خاصة ٠

وفى هذا الفصل بين المؤلف كيف يمكن تكييف المساكن حسب الحاجات البشرية ، وذلك باختيار بسيط لعمارتها وموقعها وطريقة عرضها ٠ ومع ذلك فلكى نعطى لهذا الكلام قيمته الحقة ، ولمضمونه مكانته ، يجب أن لا ننسى ، الحقبة الزمنية ، والموقع الجغرافى ٠

ما يتعلق بصحة المسافر :

بعد الحديث عن الصحة الغذائية وصحة الملبس وصحة المسكن ، يتعرض الأستاذ ابن شقرون لصحة المسافر ، وذلك لكى يكون عمله تاما ، ولنسجل بأن هذا المجال قد أخذ بعين الاعتبار حديثا ، ضمن القضايا التى اهتـم بها علـم الصحة ، وذلك لأن المسافر مضطر فعلا الى تغيير طريقة حياته العادية ، والى التعرض لظروف خارجية خاصة قابلة لالحاق الضرر بصحته ٠

وان الذى يجعل المقارنة بالمعارف الحديثة محدودة عمليا هو أن العرض الذى قدمه الأستاذ أصيل من ناحيتين :

ـ الأولى تعود الى طريقة السفر الخاصة فى ذلك الوقت (المشى ، استعمال الدواب ٠٠٠) وهذا يتطلب الكثير من طرف المسافر ، من ذلك مجابهة المناخ ، واختيار المئونة ٠ وبالنسبة للنقطة الأولى تغيرت الشروط فتغيرت معها الاحتياطات والتدابير الصحية ، وهكذا تحققت الرفاهية مثلا فى الأسفار الجوية ، واصبحت

السرعة والارتفاع فى الجو والاهتزازات هى مصدر الأضرار التى يحتاط منها ، لكن المؤلف يذكر نقطة أخرى مثارة حاليا الا وهى « دوار البحر ، حيث ينصح باستعمال الملينات (أو المسهلات) للوقاية منه ، ويدمج فى « دوار الأسفار » بصفة عامة حيث تتناول – للوقاية منه قبل السفر – مركبات تدعى ضد هستامينات التمثيل Antihistaminiques de Synthèse

– أما الثانية – وهى تمثل احدى اهتمامات المؤلف الرئيسية ، وكما يبدو ذلك واضحا طوال مؤلفه (الشقرونية) – فهى المحافظة على توازن المزاج عند المسافر الذى هو أكثر تعرضا – على الدوام – لأضرار خارجية (مناخية وغير مناخية ···) ومن أجل هذه الغاية ، يذكر الأستاذ مختلف المنتجات والأغذية المبردة والمرطبة والمدفئة حسب الحاجة ·· فيما يتعلق بهذه النقطة الثانية ، فانه ليس هناك جدال ممكن نظرا لانتمائها الى مبدأ الطب العربى نفسه ·

ورغم ذلك فان هناك بعض النقـاط التى يمكن مقارنتها مازالت سـارية المفعول فى حالة السفر الطويل كالاستعانة بصيدلية صغيرة حاوية لمواد ذات احتياج أولى ·

أضف الى ذلك أن الأرجوزة أشارت الى بعض المنتجات الوقائية التى يوجد ما يقابلها حديثا ، كبعض المستحضرات الخاصة لحماية الوجه من أشعة الشمس (الأبيات ٦٣١ و ٦٣٢ و ٦٣٣) حيث تذكر بالمراهم الشمسية أو بمستحضرات أخرى (البيتان ٦٥٧ و ٦٥٨) تذكر بمراهـم محولة (مستعملة غالبا ضد البعوض) وينصح بها هنا للوقاية ضد القمل ، وأخيرا هذه المستحضرات الأخرى التى تضاف الى مياه الشرب ((الأبيات ٦٥٣ و ٦٥٤ و ٦٥٥) ، ويصفها المؤلف من أجل تنقية الهواء المحيط بالانسان ، الا ان استعمالها يمكن أن يكون مزدوجا نظـرا لعناصرها المركبة لها (الثوم ، البصل ، الخل ···) ، انه شبيه جدا بمستحضر ضد التعفن الدموى ، ويبرر استعماله تبريرا كافيا لو تذكرنا أخطار المياه خصوصا فى تلك الفترة من الزمن ·

وهكذا ، وبمراعاة الحقبة الزمنية التى تم فيها هذا الانتاج ، وبمراعاة مضمونه الطبى فانه يمكن – مرة أخرى – تقدير غنى هذا الفصل ·

خلاصة

واخيرا ، أدى بنا هذا العمل الى اعطاء خلاصة عن الأرجوزة الشقرونية نفسها ، وعن مؤلفها من جهة ، وعن القاعدة التى استند اليها وهى الطب العربى من جهة أخرى ٠

وقبل أن نسبر غور « الشقرونية » ونغوص فى أعماقها ، بدأنا أولا بايضاح أسسها ، والرجوع الى مصادرها ، وهذا ما سمح لنا باكتشاف الطب العربى ، اذ هو ـ من حيث مبادئه الأساسية ـ يعد ارثا من الطب اليونانى القديم الذى أعيد اكتشافه من جديد من قبل المسلمين عند فتحهم للبلاد والذى كان متكيفا مع حاجياتهم ، ومتأثرا بعبقريتهم الخاصة ، وبذلك ارتقى الى مرتبة الطب الرسمى عبر العالم خلال قرون ، قبل أن تعرف الامبراطورية الاسلامية ـ شيئا فشيئا ، وبصفة موازية ـ الانحطاط ، وكان ذلك منذ القرن الثالث عشر ، ومن جهة أخرى ، لنسجل ـ كدليل على الصلة الواهية بين هذا الطب وبين الاسلام ـ أن أسلوب التاليف فى « الشقرونية » يبدأ وينتهى بحمد الله ٠

بفضل هذا المؤلف الموثق من مخطوطات محفوظة جيدا ، ومن طباعة حجرية ، وكذلك من خلال كتابات مؤرخين مشهورين قدماء ومحدثين ، يقدم لنا الطبيب عبد القادر بن شقرون أحد الدلائل الحديثة على هذا الطب ، وهو جدير بحمل هذا اللقب ٠

والمؤلف ـ وهو مكتوب بأسلوب جميل وسهل ، على بحر الرجز من أجل غايات تعليمية ـ يستحق فوق كل ذلك أن يكون دراسة حقيقية للصحة التى تتطلب استعمال جميع عناصر الوسط الخارجى (أغذية ، وألبسة ، ومسكن ، ومناخ) حتى تضمن للانسان توازنه الفيزيائى ، وفى هذا الصدد يبين الأستاذ كيف يمكن الحصول على القسم الأوفر من هذه العناصر ، كل ذلك فى توافق مع السياق الجغرافى والامكانات التقنية فى عصره ٠

وهكذا يبدأ الكاتب مؤلفه بفصل تام للتغذية ، حيث يذكر في ثناياه دراسة أكثر من خمسين منتجا نباتيا (فواكه وخضر) ، بعضها ذو نوعية مغربية ، وأكثر من عشرين صنفا من أطباق الأطعمة ومن الحلويات ، أغلبها ما زال يصنع في أيامنا هذه (وقد حددنا بدقة بعض التوابل في المعجم) ، وبصفة عامة ، فانه يبين الدور الأساسي الذي تلعبه التغذية في صحة الفرد ٠

وأتى بعد هذا الأخير فصل الملابس الصحية ، حيث جعلنا الأستاذ نكتشف — من خلال دراسة الأنسجة الطبيعية — بضع خصائص غير مشكوك فيها تتعلق بالملابس ، سواء كانت وقائية أو علاجية ٠

ويذكر المؤلف بعد ذلك دراسة صحة المساكن ، حيث يبين من خلالها ، كيف يمكن الاستفادة — الى حد كبير — من التكيف البسيط مع المعمار والموقع وطريقة العرض حتى يلبي حاجات الانسان ٠

وأخيرا ، ولكي يختم المؤلف مجال الصحة ، يعرض لبضع نقط حول صحة المسافر ، وهذه الدراسة لها أهميتها اذا وضعت في سياقها ٠

وقد استطعنا أن نكتشف — في هذا الفصل — بعض الأدوية الطبيعية التي توجد في الطب العربي بصفة عامة ، والطب المغربي بصفة خاصة ، وذكرتنا فصوله القصيرة الخاصة بالعلاج الذي يقدمه الناس البسطاء (وقد وردت دراسة في المعجم لتحديد التسمية اللاتينية كمثال) ٠

ولم نستطع بالفعل — نظرا لغنى هذا المؤلف — أن نقوم بتحليل تام لكل المعطيات ، ومع ذلك فلنذكر ، بصفة عامة ، أن « الشقرونية » اعتمدت على مبدأ الطب اليوناني القديم ، وهذا المبدأيرتكز على أن كل مادة مكونة من عناصر أربعة (وضمن ذلك جسم الانسان) ، ويطالب باحداث التوازن بين هذه المركبات حتى يضمن الصحة للجسم ٠

ومن هنا وصفت الأغذية ، وحدد النظـام الغـذائي ، وتم تحديد شـكل اللباس ، وعلى هذا الأساس أيضا وصفت الأدوية للعلاج ٠

وهكذا ، ولكي نكون في مستوى تقييم الدقة العلميـة التي برهن عليهـا ابن شقرون فعلا — طوال مؤلفه — ينبغي جيدا اخـذ هذا المبدأ الأساسي بعين الاعتبار : هذه النقطة تجعل امكانات تحليل المؤلف محدودة من جهة ، وكذلك

مقارنته بأساس المعارف الحديثة ، لكنه رغم كل ذلك يتشبث - فى التطبيق العلمى - بنقاط للمناقشة ، سمحت لنا باستخلاص ما يلى :

- اذا كانت بعض المظاهر تعلن علما حديثا ، كما هى الحال فى مجال الكيمياء ، وذلك فى الفصل الهام الخاص بمياه الشرب مثلا .

- واذا كانت بعض المعطيات ما زالت معروفة ومعمولا بها حتى أيامنا هذه ، كما هى الحال بالنسبة للخصائص العلاجية المعروفة عند بعض النباتات .

- وتوجد أيضا ثغرات يرتبط بعضها بالمعارف المحدودة الخاصة بهذه الفقرة من تاريخ الانسانية (جهل الأحياء الدقيقة مثلا) ، ويرتبط بعضها الآخر بانحطاط هذا الطب نفسه ، وكان انحطاطا حقيقيا زمن تأليف هذا الكتاب ، ويتجلى فى بعض الأحكام الذاتية ، وبعض الفقرات التى كانت نادرة - لحسن الحظ - فى « الشقرونية » والتى تدخل بعض المفاهيم السحرية والخرافية فى الطب ، وهذا ما سيقوده شيئا فشيئا الى مرتبة الطب التقليدى .

هذا المؤلف بين - وذلك استنتاج نهائى - الأهمية التى أولاها هذا الطب للصحة بمفهومها الواسع ، ورغم قصور « الشقرونية » فان لها الفضل فى فتح نافذة على الطب العربى من حيث مبادئه واستدلالاته واهتماماته .

وهذا المظهر - سمح لنا - بمقارنة « الشقرونية » بالطب الشرقى (العلاج بوخز الابر) (acupuncture) الذىيعتمد هو الآخر على عناصر الطبيعة الأربعة ، والذى يهدف الى احداث توازن ما ، هذا التوازن بين « الين » و « أنينج » ، وهكذا ، بشكل مواز ، وبالنظر الى تجديد الأهمية التى يعرفها هذا الطب بالبلاد العربية فى أيامنا هذه ، فانه لا يمكن استثناء الطب العربى من أن يعرف - هو أيضا - معاصرة من شأنها أن ترد له اعتباره .



مطابع الهيئة المصرية العامة للكتاب ٣٧٤٢/٣٣٠٠/١٩٨٣
رقم الايداع ٢٠١١/١٩٨٤
٩٧٧ ـ ٠١ ـ ٠٢٩٥ ـ ٤

بها النشر الزاد العلم بيتقوا ... [illegible]   [illegible] منيف

محو ... [illegible]   [illegible] العيون الغاية [illegible]

[illegible] مما ... من حيث [illegible]   [illegible] الكتاب

وأ[illegible] واصطفوا [illegible] شاقة   [illegible] خيرا [illegible]

وعن [illegible] انه [illegible]   من [illegible]

ما [illegible] الباب و[illegible]   [illegible] نقا [illegible]

[illegible] الانقطا [illegible]   وتنسك اليه [illegible]

[illegible] طلب [illegible]   بطلب النشاد [illegible]

صلى عليه [illegible] وتعليمنا   [illegible] باشر [illegible]

الغراب   **والنه أكثر [illegible]**

بسم الله الرحمن الرحيم   [illegible] علو [illegible]

الحمد لله الحكيم [illegible]   [illegible] كل [illegible]

[illegible] البعث من [illegible]   [illegible] الاقوات [illegible]

[illegible] الى [illegible]   [illegible] عبادة [illegible]

وارسل [illegible]   [illegible] رحمته [illegible]

[illegible] من [illegible]   [illegible] العباد [illegible]

[illegible]   [illegible]

[illegible]   [illegible]

[illegible]   [illegible] حلال [illegible]

[illegible]   [illegible]

[illegible]   [illegible]

[illegible]   [illegible]

[illegible]   [illegible] عفوة [illegible]

فزارها فضلها لا اشكاله … يسمو العلو ولا بد البناه

من بعد اكابر [illegible] اذ … ومن [illegible] ذاك [illegible]

[illegible] به [illegible] … [illegible] مكاتبه

[illegible] … [illegible]

ما [illegible] … من [illegible] وما [illegible]

[illegible] … [illegible]

[illegible] … [illegible]

[illegible] … الا انها [illegible] و[illegible]

[illegible] والسلام [illegible] … على [illegible]

و[illegible] … ما [illegible] البعض

وبعد فالفضل [illegible] … [illegible] العلى

[illegible] … وما [illegible] وما [illegible]

و[illegible] … او [illegible] و[illegible]

و[illegible] … من كل ما [illegible]

و[illegible] البهى و[illegible] … وعالب [illegible]

و[illegible] … من [illegible]

وما [illegible] … وما [illegible]

و[illegible] … [illegible]

[illegible] … [illegible]

[illegible] … [illegible]

[illegible] … [illegible]

[illegible] … فهو [illegible]

[illegible] … [illegible]

جنب بيه الباطل	ويقتوبه الجاهل	كالترب والسحاب	تعرب بآداب
ليس له طريلا يخفى	وكان عن الحق	إيانه البيان	جنسها أتكنى
وفق كل شاهد	وما لهم وماشي	كهم نور أنّا لم	به نحن واحد
من مثله لما فتر	ما كل من مال يتعب	ابصره وراى	بل يختص وكمعي
وإنما عند كنجم	أهل الترتيب	ولو تركها هيبة	سعيا ومأوى
إلى العشار	والعلا	ارتماس	دون المثلا

كمل بحمد الله وحسن عونه وتوفيقه ويمنه وكرمه على يد العبد
الفقير المذنب الخاطئ الضعيف الراجي رحمة مولاه
[illegible] واحوج الورى إليه محمد [illegible]
[illegible]
[illegible] المنشا غفر الله له ولوالديه
ولجميع المسلمين

بسم الله الرحمن الرحيم وصلى الله على سيدنا محمد وآله وصحبه

الحمد لله الحكيم المرشد ... الملهم الرشد لنيل المقصد

ثم مزن الغيث من السماء ... أنوار روضات [illegible]

بعثته فهو ختم الأنبياء ... [illegible] اصطفاها

وآله الغر [illegible] ... [illegible]

فأطلعت من غرر أشعارها ... [illegible]

تحل عقد مشكل الآداب ... بحل خاص وحل عام

[illegible] ... [illegible]

فانظر [illegible] ... رائية [illegible]

رائقة تحلو لحلو الزهر ... [illegible]

ثم أضحت [illegible] الغصون ... تزهو [illegible]

والوصف في الفوائد التي … قوضت بالإثبات والتركيب
أتوا بالتقديم فيما حضرت … مع النفي إذا ما افترقت
صفتها عن الترتيب أنت أثره … وبالتقديم [illegible] أف
واستحضر الذي للذي تستقصاه … كما تقدم [illegible] الغيداء
وقع فيه تقديم وتأخير … وبالتمييز [illegible] الكبير
وأن تشير في الفعل الفوائد … وتقوية في ذكر [illegible] يتقيد
وما الذي بأن يخيل فيه على … ما أخبر منه [illegible] يتقلى
وما تقدما عن فهم فقدم … [illegible] في الفعل [illegible] مقتضى
إذا الفهم [illegible] يختصر … [illegible] في [illegible] الخبر
وأوثر في الإيجاز والتفصيل … في [illegible] فصل وإلا أبدل
وأخص [illegible] ذكر [illegible] بالبرى … [illegible] [illegible] الخيرة
والقصد ما خص له التخصيص … رفقا [illegible] عرضت وخصيصة
وفيه في الكرم [illegible] الأعلاج … ما لم يقع بالإذن [illegible]
ولنشرها [illegible] الحصون فيعي … [illegible] [illegible]
بالحق في الكلام بالافتضاح … عرفا [illegible] على [illegible]
ومن [illegible] عن [illegible] … ما لم [illegible] [illegible]
وما [illegible] في [illegible] … للأول في العلوم [illegible]
وكل ما تلبس [illegible] … [illegible]
وأعن [illegible] التركيب … [illegible] [illegible] الأكبر
وكلها [illegible] [illegible] … [illegible] [illegible]
والقصر [illegible] [illegible] … [illegible] [illegible]
وما [illegible] [illegible] … [illegible] [illegible]
وأحكم على [illegible] [illegible] … [illegible] [illegible]
والحصر [illegible] [illegible] … [illegible] [illegible]
وما كل [illegible] [illegible] … والفصل [illegible] [illegible]
وكل [illegible] [illegible] … [illegible] [illegible]

في الجمع بين [illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible] للذي لا [illegible]

له [illegible] فصحفا ... والغير من [illegible] بدون حذف

في السور [illegible] ... من [illegible] وعن [illegible]

[illegible] غير الرسم [illegible] ... [illegible] أيضا [illegible]

في [illegible] الثلث من [illegible] ... عن كل ما [illegible] في الكتاب

و[illegible] لنشرنا فا ... [illegible] العزيز [illegible] فا

وقد [illegible] التعبير ... من [illegible] التحرير والتعبير

ما [illegible] وانا تبلغا ... للذكر [illegible] نبلغا

تعرف [illegible] الفضل [illegible] ... وتشكر [illegible] شهير

[illegible] ... [illegible]

صلى عليه ربنا وسلما ... [illegible]

[illegible] ... [illegible] الجواب

[illegible] ... [illegible] العقول

بسم الله الرحمن الرحيم ... وصلى الله على سيدنا محمد وآله

الحمد لله [illegible] المنفرد ... [illegible] منفرد

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

بسم الله الرحمن الرحيم صلى الله على سيدنا [illegible] وآله وصحبه [illegible]

قال الشيخ الإمام العلامة
[illegible] الشيخ [illegible] وسيدنا
سيدي [illegible] رحمه الله
[illegible] ونفعنا به آمين

[illegible] … [illegible] المصطفى [illegible] المشتري
[illegible] والعزائل … [illegible]
[illegible] … وحسن [illegible] التمييز
[illegible] … [illegible] فقس [illegible]
[illegible] … [illegible]
[illegible] الجمع [illegible] … [illegible] من النظير [illegible]
[illegible] التغيير [illegible] … منها [illegible] الاعتقال
أو الجسيم في الفصول الاربع … وجعلتها [illegible]
[illegible] … وراع [illegible]
[illegible] … [illegible]
[illegible] … كما [illegible]
[illegible] … [illegible]
[illegible] السواد … [illegible]
[illegible] … [illegible] تذكره
[illegible] … [illegible]
[illegible] … [illegible]
[illegible] … وبالضير [illegible]
[illegible] … [illegible]
[illegible] … [illegible]

[illegible]

وإن شيء به الصفات اجتمعت ... وشيء بعده كل وصف [illegible]

وما الذي ليس له [illegible] ... ما [illegible] منه [illegible]

وما أشياء [illegible] ... [illegible] والعكس [illegible]

[illegible] وما [illegible] ... في البال [illegible]

[illegible] ... في [illegible]

[illegible] كل [illegible] ... منه [illegible]

[illegible] ... وقد علمت [illegible]

فيه [illegible] فما [illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

بالقد [illegible] الكلام [illegible] ... [illegible]

[illegible] ... ما [illegible] من [illegible]

وما [illegible] ... لا زالت به العلوم منكم [illegible]

وكل ما [illegible] ... ما [illegible]

[illegible] ... [illegible] الكتب

وكل ما [illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

وما [illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible] الأشعار

[illegible] ... والفضل [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

[illegible] ... [illegible]

TRANSCRIPTION

671. ثم الصــلاة والســلام ما بدا   برق ورش مرتعا قطر النــدا
672. على رسول الله صفوة البشــر   من نوره العوالــم انتشــــر
673. ومن سما فوق الســـماوات العلا   وبات فردا لابسا اسنى الحلا
674. اذ قدمتــه الرســـل الكــرام   عليهـــم الصـــلاة والســـلام

انتهى والحمد لله بلا منتهى والحمد لله

وكفى وسلام على عباده الذين اصطفى

والحمد لله رب العالمين

656. Munis toi également de cinabre ou de mercure pour éliminer les poux des vêtements;

657. piles un peu de staphisaigre et enduis-en le corps.

658. après t'être enduit d'huile de noix, pour te prévenir des poux.

659. enfin, il n'y a pas de mal à boire du vinaigre car cela ne peut faire que du bien.

660. Continues ainsi durant tout le voyage jusqu'à obtenir un tempérament parfait.

LE PROFESSEUR TERMINE SON OEUVRE

PAR L'ELOGE DE SON ELEVE ...

656. واحمل من الزنجفور أو خذ زئبقا   فى ثوبه لقتل قمل يتقى
657. دق زبيب الجبل المعلوما   وادلك به فديتك الجسوما
658. من بعد غمره بدهن الجوز   تحز دواء القمل أى حوز
659. والخل ان يشرب فلا ملامة   تئول عقباه الى السلامة
660. واسلك به فى سيره هذا العمل   حتى ترى المزاج منه قد كمل
661. فهاكها يا مفرد المحاسن   يا من ربى بأكرم المعادن
662. يا من سما البر (١) والكرامة   والعلم والحلم والاستقامة
663. ومن زهب به عقول العلما   ومن ذهت به عقول العلما
664. احسن بفرع نجار مرتفع   فنعم محمود المقاصد الورع
665. عقيلة مفضية من الخجل   قد وجلت من مصمها أى وجل
666. من مقتر ليس له بضاعة   لا سيما فى هذه الصناعة
667. تنازعت فؤاده بعد الشجن   والكرب والهضم عوامل الفتن
668. غطت (٢) عظيم عيبه عين الرضا   من فاضل بر حسيب مرتضى
669. فان أصبت فلكم اسنى الثواب   والذنب ان زغت عن نهج الصواب
670. لازلت فى أوج السعود ترتقى   مرقا يروق عين كل متق

LEXIQUE

V. 656 الزنجفور : Le cinabre; produit à base de mercure et de soufre.

الزئبق : Le mercure.

V. 657 زبيب الجبل : Staphysaigre ou «herbe aux poux» Ver. No. 537.

(1) Les vers 7. 8. 9. 10. manquent dans la copie (ظ)
(2) Tout ce vers manque dans copie (B).

641. Quant au bain, c'est le meilleur remède contre la fatigue après un grand effort,

642. surtout au bain maure et dans un endroit intermédiaire (c.a.d ni trop chaud ni trop froid);

463. enduis toi après d'huile de violette ou d'huile de rose odorante.

644. Si tu veux présèrver ton corps lors du voyage,

645. protèges ton visage d'un voile en ne laissant aparaître que les yeux, à l'heure des grandes chaleurs;

646. (ou bien) mélanges de la résine de cèdre à de la gomme arabique, ou de l'amidon ce qui revient au même,

647. presses par dessus du pourpier et enduis-en ton visage pour remède;

648. il semblerait que aussi le blanc d'oeuf soit efficace, et le fait de s'en induire agit comme un antidote des poisons.

649. d'autre part, il est profitable pour la santé de se boucher les oreilles avec du coton lors des tempêtes,

650. préscris cela aux conducteurs de méharis en cas de vent violent dans le désert,

651. ceci pour ceux qui voyagent à dos de chameau par temps chaud; quant à ceux qui voyagent par temps froid,

652. donnes leur la préparation suivante : un drachme de thapsia mélangé à une goutte d'huile;

653. abreuves'en celui qui se plaint de froid, pour le soigner.

654. Quant à celui qui veut se prévenir du mal mer, préscris lui une purge avant le voyage,

655. et adoucis lui le tempérament pour lui éviter d'être victime du sec qui le rendrait malade.

641. والاحتمام خير ما يشفى التعب   ويبرىء الأجسام من داء النصب
642. لا سيما ان كان فى الحمام   مع توسط من المقام
643. وادلك بدهن عاطر البنفسج   أو دهن ورد طيب ذى أرج
644. ان شئت فى الاسفار حفظ البشرة   كيما تعد من وجوه مسفرة
645. صن حر وجهك بثوب ساتر   لما عدى العينين فى الهواجر
646. حل الكثير مع صمغ عربى   مع النشا تبلغ نفس الأرب
647. واعصر عليه البقلة الحمقاء   واطل محياك تنل شفاء
648. كذا بياض البيض قالوا نافع   خضابه سر السموم دافع
649. ومن صلاح الجسم سد الأذن   لدى اشتداد عاصف بالقطن
650. وأمر بهذا راكب المهارى   عند اشتداد الريح فى الصحارى
651. هذا لمن يظعن وقت الحر   أما الذى يظعن وقت القر
652. فامزج له الحلتيت وزن درهم   مع يسير الزيت مثل البرهم
653. واسقه من يشكو هجوم البرد   كى تطرد المخوف أى طرد
654. ومن يخاف دوخة فى البحر   اسهله قبل جده فى السير
655. لين له الطبع ليلا يهجما   عليه يبس فيرى منعدما

LEXIQUE

V. 641 النصب : La fatigue suite à un effort prolongé.

V. 646 النشا : L'amidon (fleur de farine).

V. 647 البقلة الحمقاء : Le pourpier, Portulaca oléracéa L., appelé aussi «Ar-Rijlâ».

حيك : Joue, visage.

V. 648 بياض البيض : Le blanc d'oeuf.

V. 649 القطن : Le coton.

V. 650 المهارى : Les méharis, nom donné aux chameaux du désert d'Afrique du Nord.

V. 651 ظعن :Voyager à dos de chameau.

V. 654 دوخة فى البحر : Le mal de mer.

626. et tout ce qui est exposé au vent du Sud.

627. est doux et chaud et convient aux personnes sèches.

628. Les vestibules sont froids et secs; c'est donc le meilleur emplacement.

629. au moment des vagues de chaleur d'été..

630. A propos du nécessaire de voyage, pour ce qui est des remèdes;

631. Avant de voyager purges toi de tout déchet et fais une prière à Dieu;

632. munis toi de produits humidifiants et adoucissants pour combattre la sècheresse.

633. comme les conserves de roses et de violette, ainsi que de produits contre l'excés de chaleur.

634. comme les pastilles de camphre et le vinaigre de vin à prendre avec de l'eau (en cas de chaleur)...

635. ou bien les tisanes d'orge, à boire lorsque souffle le vent brûlant (vent du désert).

636. Méfies toi des légumes lors des voyages, ils sont source de maladies.

637. Prévois également des purificateurs de l'air et ce qui te protègera de l'insalubrité des chemins :

638. piles un peu d'oignon et d'ail et mélanges à de la menthe odorante.

639. à des pommes vertes et à des raisins secs; pétris le tout avec du bon vinaigre,

640. et mets-en un peu dans tes boissons pour purifier l'air et améliorer leur goût.

TRANSCRIPTION

626. وكل ما يكشف للجنوب — من غير حائل لدى الهبوب
627. فاحكم له باللين ، والحرارة — يتحف أهل اليبس بالنضارة
628. والبرد ثم اليبس فى الدهالس — فهى اذا من أطيب المجالس
629. وقت هجوم الحر فى المصيف — عند اشتداد الوهج العنيف
630. **القول فى المخصوص بالاسفار — من الدواء الفائق المختار**
631. قدم قبيل السفر الا سهالا — من فضله ، وابتهل ابتهالا
632. واحمل من المرطب الملين — ما يذهب اليبس بطبع لين
633. مثل المربى الورد والبنفسج — وما يزيل الحر عند الوهج
634. كقرص كافور وخل خمر — تمزجه بالماء وقت الحر
635. أو اشرب السويق من الشعير — ان هجم الهواء كالشعير
636. واحذر من البقول فى الاسفار — فانها مسرعة الأضرار
637. واحمل موانع الهواء الفاسد — وما يقيك وخم الموارد
638. دق يسير بصل وثوم — وامزجهما بالنعنع المشموم
639. وحامض التفاح والزبيب — واعجن بخل طيب عجيب
640. وحل منه البعض فى ما تشرب — يصفو الهواء ويلذ المشرب

LEXIQUE

V. 626 الجنوب : Le vent du Sud.

V. 628 الدهالس : Le terme classique est : (دهليز ـ دهاليز) vestibule, entrée de la masion entre la porte extérieure et les appartenents. (Kasimirs.).

V. 630 سفر ـ اسفار : Voyage.

V. 633 مرب الورد : Conserve de rose.

V. 634 الكافور : Le camphre; produit obtenu par la distillation du bois de camphrier, Cinnamonum camphora Nees, arbre d'éxtrême Orient.

V. 635 السويق : La tisane.

الشعير : Et plus justement السعير signifie brûlant. (Dozy).

611. portes les, si tu as peur pour ton corps, au dessus d'une chemise de lin.

612. Tout ce que j'ai noté au sujet de la laine, comme bienfaits et comme risque,

613. est valable pour les tissus en laine de chameau (et autres ....) ; tous sont efficaces contre le froid.

614. à l'exeption de la variété «al masqûl» dont le tempérament est froid.

615. A propos de l'aération des habitations, des palais aux maisons de pauvres.

616. Celles qui ont de larges portes conviennent aux quatres saisons,

617. que le climat soit chaud, froid ou tempérément ..

618. ceci est également vrai pour les tentes ...

619. cependant, dans ces dernières, l'air ne stagne pas et il n'ya donc pas de putréfaction.

620. Quant à l'habitation aux ouvertures étroites, elle est protégée des vents,

621. ainsi, elle est chaude en hiver et inversement (froide en été);

622. c'est surtout le cas des chambres en sous-sol dans les grandes maisons (les palais).

623. Celles (les habitations) qui sont exposées au vent du Nord et de l'Est ou qui sont situées en hauteur,

624. sont les plus saines car leur air est libre d'impuretés.

625. Celles qui sont exposées au vent d'Ouest conviennent aux fiévreux;

611.	فالبسه ان خفت على الجثمان	من فوق حائل من الكتان
612.	وكل ما ذكرته فى الصوف	من صالح يرضى ومن مخوف
613.	احكم به على الثياب الوبر	جميعها من السبرودة برى
614.	واستثن ما يعرف بالمصقول	واحكم ببرد طبعه المعقول
615.	القول فى أهوية المساكن	من القصور ومن المساكن
616.	وكل ما أبوابه متسعة	فهو يطابق الفصول الأربعة
617.	فى الحر والبرد والاعتدال	فلا تكن فى الحق ذا جدال
618.	واحكم بمثل ذا على الخيام	ولا تخف معرة الملام
619.	لكن هواء هذه لا يحتقن	من اجل هذا برئت من العفن
620.	والمسكن الضيق الانفتاح	مستتر عن جملة الرياح
621.	فاقص له بالحر وقت البرد	واقض له بالبرد وقت الضد
622.	لا سيما ما كان تحت الغرف	ونحوها من كل قصر مشرف
623.	وما يقابل الشمال والصبا	من غرف أو كان ف أعلى الربا
624.	فهو لذى الصحة خير منزل	هواؤه عن وخم بمعزل
625.	وكل ما يكشف للدبور	ينفع كل بدن محرور (١)

LEXIQUE

V. 613 ثياب الوبر : Laine de chameaux et autres herbivores (à part le mouton).

V. 614 المصقول : Sorte d'étoffe légère portée en été. (Dozy›.

V. 615 أهوية المساكن : L'aération des habitations.

L. 15 الدبور : Le vent d'Ouest.

V. 618 خيمة ـ خيام : Tente.

V. 623 الشمال : Le vent du Nc:d.

الصبا : Le vent de l'Est.

الربا : la hauteur, l'altitude.

(1) Ce vers manque dans la copie (C).

596. il favorise la croissance, aide à grossir, et amène le sang à la surface du corps,

597. il donne un bon teint et certains, disent qu'il guérit de la gâle;

598. la meilleure variété est la «ar-rûmî», c'est à dire la toile batiste, dont le port est un remède,

599. elle est connue sous le nom de «kâmurah», et contient un surplus de froid;

600. la variété «ar-ruwwân» lui est comparable et toutes deux représentent un remède pour le corps;

601. comme autre variété : la toile de lin blanchie est d'un bon tempérament et d'un port élégant.

602. Evites autant que possible toutes les marques importées d'Egypte.

603. comme la «baladî» transparente et la «suyûtî» («de Assiout») et surtout la «fallûtî» (de Manfalout).

604. en effet, elles causent toutes de la putréfaction et favorisent la pullulation des poux à la surface du corps;

605. c'est également le cas pour la toile non blanchie qui est cause de putréfaction d'après les connaisseurs.

606. Les habits de laine sont d'un tempérament chaud et sec,

607. ils conviennent, par leur (tempérament) sec, au pituiteux, combattent l'humidité due à un exés de sang (humeur).

608. et pour tous ceux qui se plaignent d'hydropisie c'est le meilleur des remèdes;

609. cependant, pour le bilieux et l'atrabilieux, c'est les pires des vêtements.

610. ils ruinent leur santé et leur corps, réserve les donc aux tempéraments avides de chaud;

596. ينعم الجسم ويورث السمن ويجذب الدم لظاهر البدن
597. يفيد لونا حسنا مكتسبا وقال بعضهم : يزيل الجربا
598. أفضله الرومى أعنى القصبى لباسه يزيل شر النصب
599. وهو الذى نعرفه بكامرة زيادة البرد عليه ظاهرة
600. ومثله فى صنفه الروان كلاهما يشفى به الأبدان
601. ودونه المقصر الخماسى يحسن فى الطبع وفى اللباس
602. وكل ما يجلب من مصر فلا تقربه ما استطعت اذ حان البلا
603. كالبلدى الشفاف والسيوطى لا سيما الخشن كالفلوطى
604. اذ كلها مسرعة بالعفن وتكثر القمل بسطح البدن
605. ككذلك الخالى من التقصير معفن عند ذى التحرير
606. وكل ملبوس من الأصواف سخن المزاج بين الجفاف
607. ينفع بالتجفيف أهل البلغم وكل رطب الجسم من فرط الدم
608. وكل ما يبلى بالاستسقاء فهو له من أعظم الدواء
609. وهو لدى الصفراء والسوداء شر لباس مسرع بالداء (١)
610. يوهن القوى وينهك البدن فتركه لدى الحرارة حسن

LEXIQUE

V. 597 الجربا : La gale.

V. 598 الرومى : Variété de lin; signifie littéralement «grec», ou «romain», ou «étranger» de façon générale toile batiste; (Kasimirs.).

Syn. القصبى : «al qasabi»;

Syn. كامرة : «kâmurah».

V. 600 الروان : «Ar-ruwwân» ou rouennerie. Toile importée de Rouen. (Dozy)

V. 601 المقصر : «Al muqassar» = toile de lin blanchie. (Dozy).

V. 603 البلدى : «Al baladî», variété de lin.

السيوطى : «As-suyûtî» = lin de Assiout (Egypte).

الفلوطى : «Al-faluûtî» = lin de Manfaloute (Egypte).

V. 606 الاسواق : Les lainages.

(1) Ce vers manque dans la copie (C).

581. Le retardé mental, enduis lui la tête d'huile de moutarde au moment du rasage; il y a quelque espoir.

582. et parmi les aventages dans le port d'une dent de hyène, il ya son efficacite dans le traitement de l'amnésie.

583. Enfin, lorsque l'esprit s'encombre d'affaires amoureuses, de soucis, ou de problèmes de manque de moyens,

584. n'éspérez pas y remédier car ce serait comme battre du fer froid.

585. Voici, en résumé, ce qui permet de se passer des grands remèdes :

586. Evites la cause des problèmes à savoir les lentilles, le coriandre et les fèves,

587. le lait aigre, les oignons, l'ail, et les pommes acides.

588. A propos du vêtement ...

589. La soie est légèrement chaude, son port est un remède contre la maigreur,

590. c'est le traitement contre les poux, la faiblesse d'estomac ainsi que les palpitations cardiaques et les ulcérations.

591. Les tissus en coton sont d'un tempérament franchement chaud et ils seraient également secs et doux;

592. leur port est appréciable en hiver, et ils servent aussi comme remède.

593. contre la paralysie faciale, la maladie de Parkinson et l'hémiplégie;

594. cependant ils sont nuisibles en été, surtout pour un sujet maigre.

595. Le lin est doux et froid, et sa toile est appréciable;

581. مؤخـــر الرأس بذهــن خــردل   اثر الحـــلاق ادهن تفز بالأمـــل
582. ومن خواص حمل ســن الضبع   اذهاب نسيان الفتى لمـا يعى
583. وحيثمـــا تشــغل نفس الحـــر   بالعشق أو بالهـم او بالفقـــر
584. لا تطمعــن فى زوال الوارد   فذاك ضرب فى حديد بـارد
585. هذا الذى لخصـــت من مختـــار   يغنى عن الأدوية الكبـــــار
586. ولتجتنب مولـــد الفضـــــول   من عـدس وكزبـر وفـــول
587. ولبـــن وبصــــل وثـــوم   وحامض التفـــاح من مذموم
588. **القـــول فى الملبوس من ثيـاب   نذكـــره فى معـرض الجواب**
589. الخـــز فى الحـرير باعتـــدال   لباســه يبـرى من الهــــزال
590. ويمنـــع القمـل وضعف المعـدة   والخفقـــان والقـروح المفسـدة
591. وفى ثيـــــاب القطن حـــر بين   وقيـــل يابس وقيـــل ليـــن
592. لباســــه يحمـــد فى الشــتاء   وطالمـا افضى لرفـــع داء
593. من اجل ذا يصبح فى التعالج   من لقـــوة ورعشــــــة وفـــالج
594. لـــكنه يضـــر فى المصــــيف   لا سيما بالجســـد النحيف
595. واللـــين فى الكتـــان والبرودة   اثوابه جيــــدة محمـــــودة

LEXIQUE

V. 581 مؤخر الراس : Le retardé mental.

دهن خردل : Huile de moutarde.

V. 582 سن الضبع : La dent de hyène (portée comme amulette).

V. 587 لبـن : Lait aigre.

V. 588 ثوب ـ ثياب : Tissu.

V. 589 الحرير : La soie.

الهزال : La maigreur.

V. 590 القمل : Les poux.

V. 591 القطن : Le coton.

V. 595 الكتان : Le lin.

566. respectes ce rythme jusqu'à la guérison.

567. Quant aux anacardes, ils ont (à cet effet) une propriété noble et réputée,

568. cependant il est dangereux d'en manger car ils causent un mal sévère;

569. ils se présentent comme des graines ressemblant à des chataîgnes ou au coeur d'un oiseau,

570. ils sont de couleur noire et contiennent une pulpe; ils proviennent de l'Inde; Voià pour ce qui est de la description;

571. La plus part les considèrent comme un poison dont l'antidote serait la noix;

572. quant au raisin sec de la Variété «Sarghini» il a certainement été fait erreur à son sujet,

573. en effet à l'exemple du hachish, il est nuisible et c'est un stupéfiant;

574. ceux qui le confondent avec l'anacarde se trompent;

575. j'ai vérifié qu'il s'agissait d'une variété grande de morelle noire, apprends cela d'un spécialiste,

576. et les hommes de science l'appellent encore «al mukhabban»; il n'y a pas dé risque à s'en masser le corps.

577. contre les inflammations (enflures) rebelles au traitement, en association avec de l'huile de rose et de la céruse,

578. il est applicable sur toutes les parties du corps et sur les articulations mais il ne faut pas en faire un usage interne.

579. si par ignorance quelqu'un est amené à en avaler, fais le vomir, enduis le de beurre,

580. et fais lui boire de bons sirops pour éviter de graves conséquences.

566. وراع ذا الترتيب هكذا الى — أن يحصل البر ويذهب البلا
567. اما البلادور ففيه خاصية — شريفة عن الجميع مروية
568. ومع ذا فأكله فيه خطر — يحدث فى الأبدان منتهى الضرر
569. وهو حب يشبه القسطالا — أو كقلوب الطير لا اشكالا
570. اسود فى داخله عسيلة — ياتى من الهند فهاك الماهية
571. قد عده من السموم الأكثر — ترياقه الجوز كما قد قرروا
572. أما الزبيب المفسد السرغينى — فغلط فيه باليقين
573. مثل الحشيشة قواه تفسد — فهو مخدر وقيل مفسد
574. ومن لسمه بلادرا سقط — من أين يدخل هنا لولا الغلط
575. قد صح عندى انه النوع الكبير — من عنب الذيب فخذه من خبير
576. يدعوه أهل العلم بالمخبن — لا بأس أو يطلى لسطح البدن
577. لورم يعسر فى العلاج — بذهن ورد مع اسفيداج
578. فى سائر الأعضاء والمفاصل — اياك واستعماله من داخل
579. ومن يغرر جاهلا بأكله — نضفه بالقىء وبالزبد اطله
580. اطعمه طيبا من الربوب — كيما تزيل معضل الخطوب

LEXIQUE

V. 566 البرء : La guérison.

V. 567 البلادور : Noix de marais, anacarde; fruit de l'anaquardier, Semecarpus anacardium (famille des térébinthacées) ; le nom vulgaire est «Hab al-Fahm», c.a.d. «grains de l'intelligence».

V. 569 القصطال : Les châtaignes, les marrons.

V. 571 ترياق : Antidote.

V. 572 السرغينى : «As-Sarghînî» Variété de raisins secs.

V. 573 الحشيش : Le hachisch, résine du chanvre indien ; c'est un stupéfiant.

مخذر : Stupéfiant.

V. 575 عنب الديب : La morelle noire, Solanum nigrum L.

V. 577 اسفداج : La céruse, carbonate de plomb.

551. Ainsi qu'à du mucilage de graines de coing, pétris le tout et fais-en des pillules de la tatlle d'un gram de poivre;

552. au besoin, mets une pillule sous la langue, tu en tireras un grand bienfait,

553. et avales toute la salive écoulée, ta voix s'améliorera et s'intensifiera.

554. A propos des médicaments améliorant la mémoire et l'intelligence.

555. Si l'amnésie provient de l'humidité, traites la par (un produit donnant) une chaleur sèche.

556. comme le castoréum, l'encens, le souchet, la marjolaine;

557. nettoyes avec «des produits qui embaument» avant de boire le médicament.

558. Si l'amnésie provient d'un éxés de sec, élimines alors la bile noire tu traiteras le mal.

559. enduies à l'huile de violette la tête de celui que tu veux rendre intélligent,

560. et son meilleur remède, d'après l'éxpérience est le séné,

561. choisis-en une bonne qualité, il donne toute satisfaction.

562. Utilises l'encens pour améliorer la mémoire, encens encore appelé «hasa lubân»,

563. et ajoutes lui du sucre et du souchet en quantités égales, pour être efficace;

564. prends ceci pendant trois jours et arrêtes pendant cinq jours

565. puis reprends en trois jours et arrêtes pendant cinq jours, tu en tireras alors profit;

TRANSCRIPTION

551. مع لعاب البزر من سفرجل   اعجن وحببه كحب الفلفل
552. وعندما تحتاج الق واحدة   تحت اللسان تلق كل فائدة
553. وكل ما انحل من الريق ابتلع   يحسن منك الصوت ثم يرتفع
554. **القول فى المختار من دواء   يصلح للحفظ والذكاء**
555. اذا اعترى النسيان من رطوبة   فادفع بحر يابس ضروبه
556. كالجند باد ستر ثم الكندر   والسعد ثم المرد قوش الأخضر
557. ونق يالا يا رجات قبل ما   تشرب شيئا من دواء قدما
558. وان يك النسيان عن يبس عرض   فاسهل السوداء يذهب المرض
559. وادهن بدهن النور من بنفسج   رأس الذى منه الذكاء ترتجى
560. وخير أدويته المستحسنة   حسبما قد جربوا قرض السنة
561. وخذ سفوفا جيدا منتخبا   مباركا حمده من جربا
562. اعمد الى الذكر من لبان   اى كندر يدعى حصى لبان
563. اضف اليه سكرا وسعدا   على السواء كى تنال سعدا
564. خذه ثلاثة من الأيام   واتركه خمسة على التمام
565. وعد له ثلاثة وخله   خمسة أيام تفز بفضله

LEXIQUE

V. 551 لعاب : Mucilage.
V. 552 اللسان : La langue.
V. 554 الحفظ : La mémoire.
الذكاء : L'intelligence.
V. 555 النسيان : L'amnésie.
V. 556 جند بادستر : Castoréum, produit d'une glande spéciale, (annexée) à l'appareil génital du castor Castor Fiber L.
السعد : La souchet, cyperus.
المردقوش : La marjolaine = Organum Majorana L.
V. 559 البنفسج : La violette = Violata odorata L.
V. 560 السنة : Le Séré; celui vendu au Maroc est le Cassia acutifolia.
V. 562 لبان = حصا لبان : Encens (V. ver. 545).

TRADUCTION

536. Si tu veux améliorer le plaisir coïtale,

537. ajoutes le fruit amer du genêt à de la cannelle de Chine et à du staphysaigre de bonne qualité,

538. pétris le tout dans du miel pur puis fais-en des pillules de la taille d'un grain de poivre;

549. mets une pillule dans la bouche et enduis la verge de la salive qui s'écoule.

540. Les os d'un coq noir, brûlés dans des feuilles de choux.

541. et pétris avec des déchets de pastèque, redonnent aussitôt le «charme» de la virginité.

542. *A propos des remèdes de la voix.*

543. mets du jus de bon choux sur des braises de charbon de bois,

544. attends jusqu'à évaporation de sa moitié, puis ajoutes une quantité double de sucre,

545. et avant que cela ne se solidifie trop, ajoutes de la gomme, de l'encens et de la résine de cèdre,

546. puis du mastic et de la résine de térébinthe, cette fumigation est un remède extraordinaire.

547. contre la toux grasse et l'enrouement, elle est dépurative pour les poumons,

548. elle améliore la voix et élimine la pituite ainsi que les déchets du cerveau.

549. Comme autre remède, il ya la «pillule de la voix» ;

550. ajoutes de la gomme arabique, à de la résine de cèdre, et du sirop de reglisso.

V. 541 الكوار : Signifie probablement la pastèque.

V. 542 المصلح للاصوات : Les remèdes de la voix.

V. 545 الصمغ : La résine, la gomme (V. ci-dessous ver 550).

الكندر : L'encens, resine aromatique du Boswelia, surtout celle du Boswelia Carterit Birdw, qui pousse en Arabie et en Etiopie.

الكثيرا : Résine du cèdre.

V. 546 علك البطم : Résine du Térebinthe, plus exactement du Pistacia terebinthus L., et au Maroc, du Pistacia atlantica Desf.

V. 547 خشونة فى الحلق : L'enrouement.

V. 548 الدماغ : Le cerveau.

V. 550 سوس : Réglisse — Glycirrhiza glabra L., pousse dans le sud marocain — on utilise les racines. («'Arq Sûs»).

عربى الصمغ : Gomme arabique; au Maroc c'est la gomme de l'Acacia gummifera Willd (Sud marocain).

536. وان ترد ملذذ النكاح   فخذ هديت سبل الصلاح
537. من عاقر القرحا ودار صينى   وحب رأس جيد رزين
538. واعجن جميعها بصافى العسل   تمت حببه كحب الفلفل
539. وامسك بفيك حبة واطل الذكر   بريقك المجموع تحظى بالوطر
540. وعظم ديك أسود ان أحرقا   بحطب من الكرنب المنتقى
541. فعجنه بوسخ الكواره   يعيد حملا حكمة البكارة
542. **القول فى المصلح للاصوات   من الدواء الطيب المواتى**
543. اجعل عصارة الكرنب الطيب   من فوق نار القحم دون لهب
544. الى ذهاب نصفه المقرر   واجعل عليه ضعفه من سكر
545. أضفه دون عقده كثيرا   للصمغ والكندر والكثيرا
546. وزده مصطكى وعلك البطم   وارفعه تظفر بالدواء الأعظم
547. يشفى السعال الرطب والخشونة   فى الحلق والرية من عفونة
548. ويصلح الصوت وينقى البلغما   وفضله الدماغ أيضا فاعلما
549. ودونه الحب الذى للصوت   فاحفل به يا صاح قبل الفوت
550. خذ عربى الصمغ والكثيرا   ورب سوس نشا يسيرا

LEXIQUE

V. 536 النكاح : Le coït.

V. 537 القرحا : du terme القريح qui est le fruit amer du genêt ?

حب راس :C'est «l'herbe aux poux», Staphysaigre = Delphinium staphysagria L., on utilise les graines du fruit comme remède.

V. 537 دار صينى : Cannelle de Chine, écorce du Cinnamonum aromaticum Nees.

V. 539 الذكر : La verge (V. synonyme p V. 535).

اثرق : La salive.

521. c'est un remède pour les reins par son froid et sa douceur, et il ferait même grossir;

522. quant au fromage vieux, il est chaud et sec, et il est astringant,

523. Ajoutes au lait de brebis, du girofle, de l'absinthe, et du galanga;

524. après avoir pilé un huitème d'ocque de chacun des produits,

525. cette préparation a la vertue d'améliorer l'érection et d'être aphrodisiaque;

526. il en est de même pour les graines de roquette et les graines d'orties (à ajouter à volonté).

527. additionnées au jaune d'oeuf de poule; ceci favorise l'érection;

528. il en est de même, également, pour le suc d'oignon additionné de son poids de miel,

529. pétri avec des graines de navet et de roquette, et de la gomme de thapsia à volonté;

530. comme autre préparation secrète, on décrit : une ocque d'ail.

531. cinq oeufs du cumin et du bon sel,

532. le tout cuit dans un quart d'ocque d'huile,

533. cela se prend en une seule fois et redonne l'éspoir;

534. cette dernière (préparation) ne convient pas aux bilieux, préserves les donc d'un grand mal.

535. La purée de carotte est elle aussi efficace par sa propriété de remédier à la mollesse de la verge.

V. 524 وقية ـ اوقية : Du latin once, c'est l'ocque, unité de mesure du poids, équivalent à deux livres et demi.

V. 525 الانعاظ : L'erection.

V. 526 الجرجير : Roquette, Eruca sativa lam.; mais au Maroc, ce terme s'applique aussi à des plantes appelées vulgairement «moutarde sauvage» à savoir les genres Brassica, Raphonus, etc ...

بزر حريق : Graines d'ortie. Les médecins arabes distinguaient deux genres d'orties : l'ortie rude Urtica urens L., et l'ortie molle comprenant, entre autre, la mercuriale (Mercurialis annua L.), la pariétaire (Pariétania officinalis L.).

علك حلتيت : Resine de Thapsia. Littéralement ce terme s'applique à la Ferula Asa foetida L. d'Orient, mais les auteurs maghrébins l'identifient à un autre ombellifère, le Thapsia, qui lui, pousse en Afrique du Nord.

521. ببرى الكـلا ببــرده واللين   وربمـا أفضى الى التســمين
522. اما العتيق فهـو حــر يابس   مجفف وللبطــــون حـــابس
523. وان جعلت فى حليب الضـــان   قرنفـــلا شــيب بخولنجـــان
524. من بعـد دق ثمـن الأوقيـــة   من كل واحـد على السـوية
525. فشــربه ســـر للانتفـــاع   بقــوة الانعـــاظ والجمـاع
526. ومثلـــه زريعــــة الجرجـــير   وبزر حــريق (١) بلا تقـدير
527. اخلط(٢) بمح بيضـــة الدجـــاجة   تبلـــغ من الانعاظ كل حاجة
528. ومثلـــه عصـــر من بصـــل   تعقدهـا بوزنهـا من عســـل
529. اعجن ببذر الفجـــل والجــرجير   وعلك حلتيت بلا تقـــدير
530. وقــد رووا من جملـة المكتــوم   فى كتبهـــم اوقيـة من ثـوم
531. وخمس بيضــات مع الكمـون   اخلط بملـــح طيب مكنـــون
532. واطبـــخ بوزن أربـع الأواقى   زيتـــا كمـا يروى عن الحداق
533. يؤخــذ دفعـــة بغـير بلس   ينبـــه القـــوة بعـــد اليـأس
534. ولا يليق بـــذوى الصــــفراء   مـــاذا ، فانذرهـــز عظيم الداء
535. والجـــزر المعجـون منـــه ينفع   لزومه رخو القضـــيب يدفـــع

LEXIQUE

V. 523 القرنفل : Girofle, «clou de girofle»; c'est les fleurs séchées du giroflier Eugenia aromatica H (originaire d'Insulinde), qui servent comme condiment.

الشيب : L'absinthe, Artemesia absinthium.

خولنجان : Galanga, rhisome d'un Zingiberacée l'Alpina officinurum Hance, produit par la Chine du Sud.

(1) علك حلتيت (A) — بزر حريق (B et C)

(2) Les vers 527 — 528 — 529. manquent dans la copie (A).

(***) Début du chapitre «remédes pour la puissance sexuelle»

506. rinces toi-s'en les dents en cas de trouble, cela favorisera ton rétablissement;

507. et le lait de chamelle guérit l'hydropisie;

508. tous les produits provenant du barratage (du lait), conviennent aux sains et aux malades.

509. et tout ce qui est acide considère le comme froid et sec,

510. cela ruine la santé en occasionant une forte obstruction, et gâte le sang ainsi que les aliments;

511. cela provoque du prurit et donne lieu à des cauchemards.

512. Evites, Dieu te guide, de manger du lait caillé, car il est responsable de nombreux méfaits;

513. il alourdit et son élimination est lente, il est donc cause de nuisances;

514. si quelqu'un se plaint après en avoir mangé, fais le vomir puis donnes lui du sirop de mastic;

515. Le beurre, lui, a des propriétés utiles, il est équilibré avec une tendance chaude;

516. cependant il est de digestion lente et aggrave l'indigestion des aliments;

517. plus il vieillit et devient rance plus il devient chaud.

518. Tout ce que j'ai cité à propos du lait caillé comme méfaits et bizarreries.

519. est valable pour le colostrum, concernant aussi bien les méfaits que les correctifs.

520. Le fromage frais, solide, n'a pas son pareil en bienfaits;

506.	تجد من الشفاء أى بركة	مضمض به الأسنان وقت الحركة
507.	ينفع قدما داء الاستقساء	ولبن اللقاح فى الغذاء
508.	يصلح للصحيح والمريض	وكل ما يجلو من المخيض
509.	بالبرد واليبس عليه فاعلما	وكل صادق (١) الحموضة احكما
510.	ويفسد الدماء والأغذية	يوهى القوى بالسدد القوية
511.	ويورث الثقيل من منام	يكثر الحكة فى الأجسام
512.	لأن فيه كثرة المصايب	واحذر هداك الله من اكل الرايب
513.	صعب غليظ جالب الأضرار	مثقل عسير الانحدار
514.	من بعد قيئه شراب مصطكى	اعط الذى من أكله ضرا شكا
515.	معتدل يميل للحرارة	والزبد فيه خصلة مختارة
516.	تزكو به وخاصة الطعام	لكنه بطىء الانهضام
517.	فصاحب الطول يصير سخنا	وكل ما طال وصار سمنا
518.	من السقام ومن الغرايب	وكل ما قدمنه فى الرايب
519.	فى الضر والاصلاح نلت الطلبا	الحق به الذى نسميه اللبا
520.	فما له فى نفعه من ثان	أما الطرى المعقود من أجبان

LEXIQUE

V. 506 مضمض : Faire des gargarismes.

الحركة : Ici a le sens de «troubles» de façon générale.

V. 507 لقحة ـ لقاح : Chamelle à lait.

V. 508 المخيض : Le barratage.

V. 511 الثقيل من المنام : Cauchemards.

V. 512 الرايب : Le lait caillé.

V. 515 الزبد : Le beurre.

V. 517 سمن : Beurre fondu, signifie aussi beurre rance.

V. 519 اللبا : Le colostrum.

V. 520 جبن ـ اجبان : Fromage.

---

(1) صادق copies (B) et (C). صالح , copie (A)

491. évites de boire de l'eau après les repas durant une période de une heure et dix minutes,

492. ceci pour les bilieux; et prévois un temps double, pour les sanguins;

493. et pour les pituiteux, comptes soixante minutes d'attente avant de boire sans risque;

494. et pour les atrabilieux, (puisses-tu obtenir le salut), prévois un délai de quarante cinq minutes;

495. A propos des laits et de leur action sur le corps.

496. Les laits sont d'un tempérament chaud et doux car ils représtent le «sang» d'un organisme;

497. médicalement, ils présentent entre eux quelques différences, selon les espèces;

498. le lait de vache favorise la croissance, et il est bon d'en boire abondamment,

499. cependant, il est d'élimination lente, corriges le donc avec du bon miel;

500. quant au lait de brebis, c'est un excellent remède.

501. contre les ulcères de poumon et d'intestins, et contre l'hématurie;

502. le lait de chèvre est de tempérament équilibré et représenterait un précieux remède.

503. contre les ulcères de gorge et de vessie, contre l'étouffement, l'amnésie et les maladies chroniques;

504. le lait d'anesse est encore meilleur par ses vertues curatrices,

505. il n'a pas son pareil contre la tuberculose, ne sois donc pas ignorant de son bienfait connu,

V. 501 قروح الرية : Les ulcères du poumon. Allusion au cancer bronchique ... ? A la tuberculose caverneuse .... ?

البول اذ يمزج بالدماء : Allusion à l'hématurie.

V. 502 معز : Chèvres.

V. 503 الحلق : La gorge.

الغم : L'étouffement, la suffocation.

النسيان : L'amnésie.

الزمانة : Maladie chronique.

V. 504 اتان : Anesse.

V. 515 السل : La phtisie, la tuberculose.

491. وعن شراب الماء نفسك احبس   بعد الغذاء ساعة مع سدس
492. هذا يقال لذوى الصفراء   وضعف هذا لذوى الدماء
493. والبلغمى السوداء لقيت الفرج   ستين ، وليشرب فما ثم حرج
494. ولذوى السوداء لقيت الفرج   خمس وأربعون قل من الدرج
495. **القول فى المشروب من الىبان   وما لها فى جسد الانسان**
496. الحر ثم اللين فى الالبان   لأنها دم من الجثمان
497. لكنه فى الحكم ذو اختلاف   بحسب الطباع فى الأصناف (١)
498. فالبقرى منه يخصب البدن   لكثرة الغذاء أخذه حسن
499. لاكنه بطىء الانحدار   اصلاحه بالعسل المختار
500. أما الذى يجلب من نعاج   للجسم فيه منتهى العلاج
501. من قرحة الرية طاالأمعاء   والبول اذ يمزج بالدماء
502. ولبن المعز قالوا معتدل   على نفائس العلاج مشتمل
503. يشفى قروح الحلق والمثانة ـ   والغم والنسيان والزمانة
504. أفضل من لبن آلاتان   من جهة الدواء للابدان
505. ليس له فى السل من نظير   لا تغفلن عن فضله الشهير

LEXIQUE

V. 491 سدس : Un sixième d'une heure, c.a.d. 10 minutes.

V. 492 ذوى الدماء : Les sanguins, un des 4 « caractères » (v. principes de la médecine. A.).

V. 493 الدرج : La minute.

V. 495 لبن ـ الىبان : Lait.

V. 499 الانحدار : L'élimination (par les selles).

V. 500 نعجة ـ النعاج : Brebis.

(1) Ce vers manque dans la copie (B).

476. l'eau de puits est comparable à cette dernière et même pire, évites donc d'en boire....

477. Evites également l'eau stagnante des lacs, si visiblement elle est altérée;

478. chaude, salée et épaisse, elle provoque un mal incurable.

479. Si tu veux comparer le poids de deux eaux fais l'experience suivante :

480. prends deux torchons de même poids et trempes les chacun dans une des eaux,

481. retire les et laisse les sécher à l'ombre.

482. puis pèses les de nouveau; celui qui remonte correspond à l'eau la plus légère et inversement.

483. Les eaux conservées provoquent de nombreuses maladies.

484. telles l'hydropisie, les varices, et l'obstruction du foie et de la rate.

485. Quant aux eaux qui coulent sur le plomb et le cuivre, elles sont néfastes;

486. par contre celles qui coulent sur un terrain contenant du fer ou de l'argent ou de l'or, elles sont utiles.

487. contre les tachycardies et la faiblesse du foie, elles conviennent au coeur et lèvent l'obstruction.

488. Evites de boire de l'eau en période d'été et en période d'épidémie.

489. Bois peu d'eau au moment des repas,

490. et n'en bois pas du tout pour accompagner les aliments qui ne sont pas secs.

476. والبئر مثلها ، وشر منها   فصد ما استطعت العطاش عنها
477. وصد من ماء الغدير الراكد   ان بين التغيير للمشاهد
478. والسخن والملح مع الزعاق   تحدث ضرا ما له من راق
479. وان ترد معرفة الثقيل   من الخفيف فاقض بالدليل
480. خذ خرقتين يستوى وزنهما   واغمس هديت كل خرقة بما
481. وارفعهما واطرحهما فى الظل   حتى يبين لك يبس الكل
482. وزنهما ايضا فما قد ارتفع   فهو الخفيف والثقيل ما وقع
483. وكل مخزون من المياه   يحدث اسقاما بلا تناه
484. كداء الاستسقاء والدوالى   وسدة الكبد والطحال (٢)
485. وما على الرصاص والنحاس   يجرى فخف منه ضروب الباس
486. ان الذى ترابه حديد   أو فضة أو ذهب حميد
487. لخفقان ولضعف الكبد   والقلب نافع مزيل السدد
488. واحذر على الريق شراب الماء   الا زمان الصيف والوباء
489. وخذ خلال اكلك (١) اليسيرا   منه ، لا تعتمد التكثيرا
490. وعف عنه غاية العفاف   ما لم ير الطعام ذا جفاف

LEXIQUE

V. 476 البئر : Le puits.
V. 477 الغدير : L'étang, le lac.
V. 478 الزعاق : Epais, amer, non potable — se dit d'une eau.
V. 483 مخزون : Stoqué, conservé.
V. 484 داء الدوالى : Les varices. (Dicitonnaire Beaucier).
V. 485 الرصاص : Le plomb.
النحاس : Le cuivre.
V. 486 الحديد : Le fer.
الذهب : L'or.
V. 487 خفقان : Tachycardie.
V. 488 الوباء : Maladie épidémique, signifie aussi la peste. (Kazimir).

(1) اكلك dans copies (B), (C) (أخذك) dans copie (A).

(2) Ce vers manque dans la copie (B).

461. Le vinaigre a la propriété d'adoucir, pour cela il nuit aux sujets faibles;

462. il ouvre l'appétit et calme la fièvre causée par la bile jaune;

463. mélangé à l'huile de rose, il apaise les céphalées qui ne sont pas dues à un refroidissement.

464. L'huile est chaude et bénie; elle n'a pas son pareil par son immense bienfait;

465. elle donne au corps force et activité et présèrve la santé :

466. elle fait grossir, renforce les viscères et donne des couleurs;

467. la vieille huile est comparable au baume de la Mecque et sert dans le traitement de tout mal.

468. Elle n'a donc pas son pareil en bienfaits, servant en onction, comme moyen d'éclairage et comme aliment;

469. cependant, prise en trop grande quantité, elle alourdit; si c'est le cas, bois du vinaigre et son activité est immédiate.

470. *A propos des eaux de boisson.*
La meilleure est la douce, limpide et excellente :

471. En premier vient l'eau de pluie, puis vient l'ea upure des fleuves;

472. la première a été adoucie par l'air, la seconde occupe le rang d'un aliment,

473. surtout s'il s'agit d'une eau coulant vers l'est argileuse et de couleur rouge et brillante.

474. Quant à l'eau de source, surtout si elle jaillit dans un terrain argileux,

475. elle contient des vapeurs lourdes qui provoquent des obstructions de fois sévères.

461. والخـــل فيـــه قـــوة التاطيف   بذا يضـــر عصـــــب الضعيف
462. يفتـــق الشـــهوة للغـــــذاء   مســـــكت للهب الصـــــفراء
463. وان مزجتـــه بدهـــــن وردى   يشفى صداعا لم يكن عن برد
464. والزيت حـــار لين مبـــارك   فى نفعـــه العظيـــم لا يشـــارك
465. يســدى الجســوم قوة النشاط   ويحفـــظ الصحـــــة باحتيـــاط
466. وأكلـــه يســـمن الأبدانـــا   ويصلـــح الأحشـــاء والألوانا
467. قديمـــه يماثـــــل البلســـانا   فى برء ما يعسر حيث كانا
468. فما له فى نفعـــه من مثـــل   فى دهنـــه ونوره والمأكـــل
469. لاكنمـــا الاكثـــار منـــه مثقـــل   فاشرب عليه الخل صرفا يسهل
470. **القول فى المشروب من ميـــاه   افضلها العذب القـــراح الزاه**
471. وخيـــره ما كان من أمطـــار   وبعـــده الصافى من الأنهـــار
472. فـــأول قـــد لطفتـــه الأهوية   والثـــانى قـــائم مقـــام الأغذية
473. لا سيما الجارى لصوب المشرق   الأحمـــر الطين بلون مشـــرق
474. أما الذى يجـــرى من العيـــــون   لا سيما أن نبعث فى الطين
475. فـــذاك ذو أبخـــرة ثقيلـــــة   يولى الكبـــود ســـددا جليلـــة

LEXIQUE

V. 463 دهن وردى : Huile de rose.
V. 465. الصحة : La santé.
V. 467 البلسانا : Baume de Judée ou baume de la Mecque. (Kazimirski).
V. 470 المشروب من مياه · Les eaux potables.
V. 471 مطر ــ أمطار : Pluie.
نهر ــ أنهار : Fleuve.
V. 473 المشرق : L'Est.
الطين : L'argile.
V. 474 عين ــ عيون : Source (d'eau).

446. Le coriandre est froid et sec et présente de nombreux bienfaits;

447. il éteint la fièvre, apaise la soif et sort les vapeurs du plus profond des viscères.

448. cependant, il abêtit, réduit l'activité sexuelle, et a une action soporifique.

449. Le persil (brillant est chaud et sec d'après les connaisseurs,

450. il est carminatif, il désobstrue et il vient le ballonement.

451. tout ce que j'ai cité au sujet du fenouil comme bienfait et come propriétés curatrices,

452. est valable pour les grains de fenouil;

453. et apprends que l'anis est un bon dépuratif pour la poitrine,

454. qu'il apaise les céphalées ainsi que la toux et qu'il convient aux reins et à la rate;

455. il soigne les viscères et apaise la migraine, même en fumigation.

456. Le cumin est chaud et sec, et soulage les viscères des gaz accumulés;

457. c'est un antidote contre les poisons, un remède contre l'inflamation et un apéritif.

458. Le carvi est sec et chaud sans aucun doute;

459. il est carminatif et débarasse des gargouillements ainsi que de la putréfaction de cause alimentaire;

460. à combien d'indigestions et de .. (indéterminé) .. il a mis fin;

446.	والبرد واليبس مزاج الكزبرة	فى أكلها منافع مستكثرة
447.	تطفى اللهيب وتزيل العطشا	وتخرج البخار من عمق الحشا
448.	لكنها أكثرها مبلد	مفتر عن الجماع مرقد
449.	والحر فى المعدنوس النضير	واليبس ايمة التحرير
450.	ينفى الرياح ويفتح السدد	ويذهب النفخ اذا مس الجسد
451.	وكل ما قدمت فى البسباس	من المصالح ودفع الباس
452.	احكم به للنافع البستانى	من غير ما زور ولا بهتان
453.	واعلم بأن حبة الحلاوة	تنقى الصدور غاية النقاوة
454.	تنفى الصداع الصعب والسعال	وتنفع الكلية والطحال
455.	تبرى الحشا وتنفع الشقيقة	ولو بخورا فاعلم الحقيقة
456.	والحر ثم اليبس فى الكمون	يبرى الحشا من ريحه المكنون
457.	ينفع من سم ومن أورام	كما يثير شهوة الطعام
458.	واحكم على الكروية باليبس	والحر دون مرية ولبس
459.	تنفى رياح البطن والقراقر	وكل عفن من غذاء صادر
460.	كم خلصت من قلس وتخمة	وخبن (١) آفاته مستعظمة

LEXIQUE

V. 446 الكزبرة : Le coriandre (V. 142).

V. 449 المعدنوس : Le persil, Apium pétroselium L., on utilise les feuilles fraîches comme condiment.

V. 452 النافع : Les grains de fenouil.

V. 453 حبة الحلاوة : Anis, «graine de douceur», (V. syn. p. 21/L6).

V. 456 الكمون : Le cumin (V. 46).

V. 458 الكروية : Le carvi, Carum carvi L., plante cultivée surtout dans la région de Meknès, on utilise le fruit comme condiment.

V. 460 وخبى : L'écriture de ce mot est illisible dans les trois copies, cependant l'écriture se rapproche du mot qui signifie indigestion .... « وخم »

(1) Ce mot manque de clarté dans les 3 copies, V. lexique.

431. elle désobstrue le foie et la rate et calme efficacement les coliques.

432. Les champignons sont humides et réveillent la douleur,

433. ils sont de tempérament froid, comme les truffes, d'après les vérifications de la mesure.

434. L'aneth convient au malade;

435. par sa chaleur, elle convient au sujet de tempérament froid en cas d'incontinence urinaire et d'hémiplégie grave;

436. c'est un remède contre les poisons mortels et les conséquences des maladies chroniques.

437. *A propos des condiments et leurs vertues médicinales.*

438. Le poivre est sec et chaud, et contient des remèdes de choix.

439. c'est un appéritif et un tonifiant des nerfs.

440. Le gingembre a le même tempérament que le précédent et lui est supérieur.

441. comme remède pour la mémoire et comme aphrodisiaque; pour cela il est très éstimé.

442. Le safran est un excellent dépuratif, c'est un tonifiant du coeur et de l'estomac;

443. il débarasse des calculs, améliore les couleurs et convient aux yeux et aux oreilles.

444. La cannelle rouge et odorante est utile dans des maladies sévères,

445. et combien d'utilité elle a en cas de maladie de Parkinson, d'hémiplégie et d'atteinte hépatique !

TRANSCRIPTION

431. يفتح الكبد والطحالا   ويذهب القولنج لا محالة
432. والفطر المعروف بالفقاع   مرطب مهيج الأوجاع
433. البرد طبعه كذا الترفاس   من كمئة ، كما اقتضى القياس
434. والشبت المعروف بالسليلى   غذاؤه يصلح للعليل
435. بحره ينفع كل بارد   من سلس وفالج صعب ردى
436. فيه دواء للسموم القاتلة   ودفع افة السقام الطائلة
437. **القول فى توابل الطعام   وما لها فى الطب من أحكام**
438. الييس فى الفلفل والحرارة   فى أكله أدوية مختارة
439. تقوية الشهوة للطعام   وقوة لعصب الأجسام
440. والزنجبيل مثله فى طبعه   بل فاقه عند ازدياد نفعه
441. فى خصلة الحفظ وبعث الباه   من أجل ذا قمسى عظيم الجاه
442. والزعفران فيه خير تنقية   للقلب والمعدة فيه تقوية
443. يشفى الحصا ويصلح الألوانا   وينفع العيون والآذانا
444. والقرفة الحمراء ذات العطر   تشفى العليل من عظيم الضر
445. وكم لها من خصلة فى الجسد   لرعشة وفالج وكبد

LEXIQUE

V. 432 الفطر = الفقاع : Les champignons.

V. 433 الترفاس = كمئة : Les truffes.

V. 434 الشبت = السليلى : Aneth; plante qui se rapproche du fenouil. (Dr L. Leclerc dans «Kashf a r-rumûz»).

العليل : Le malade.

V. 437 التوابل : Les condiments, les épices.

V. 438 الفلفل : Le poivre (V. 131).

V. 440 الزنجبيل : Le gingembre. V. 204.

V. 442 الزعفران : Le safran (V. 73).

V. 444 القرفة : La cannelle (V. 80).

416. son tempérament est sec et chaud, comme en témoigne son goût amer;

417. la variété nommée «al garnîn» est de tempérament chaud et très doux.

418. manges en premier lors du repas, si tu crains le mal,

419. et le chardon est humide et froid,

420. en effet, son goût, d'après le spécialiste, est doux et agréable dans les bonnes proportions.

421. Le fenouil est chaud et sec; c'est un remède contre le mal;

422. il effrite les calculs, convient à la vue, et met un terme à l'incontinence urinaire.

423. La chicorée est froide et sèche sans controverse,

424. elle refroidit, désobstrue, et éteint l'inflammation du foie.

425. La corète est froide et relâche,

426. elle est adoucissante et augmente la bile noire, n'en prenez donc, si possible, jamais;

427. cependant, elle étanche la soif brûlante et pour cela, elle plaît aux habitants d'Abyssinie;

428. la mauve lui est comparable au point de vue tempérament.

429. La bette est de tempérament chaud et sec et confère un tempérament sec à ceux qui en sont friands;

430. assaisonée à l'huile, au vinaigre et aux graines de moutarde, elle constitue un remède parfait;

TRANSCRIPTION

416. مزاجها اليبس مع الحرارة   وقولنا شاهده المرارة
417. ومنه ما يعرف بالكرنين   الحر فيه ويسير اللين
418. قدمه ان يكن مع الغداء   ان كنت تخشى صدمات الداء
419. واحكم على الزرنيخ بالرطوبة   كذا البرودة له منسوبة
420. اذ طمعه لدى الحكيم تذائق   عذب تفيه بالقياس الصادق
421. والحر ثم اليبس فى البسباس   فيه الشفاء من ضروب الباس
422. يفتت الحصا وينفع البصر   ويحبس البول اذ البول قطر
423. والهند بالمعروف بالتفاف   للبرد واليبس بلا خلاف
424. مبرد مفتح للسدد   يطفى نارا آقدت فى الكبد
425. والباميا المعروفة بالملوخية   فى غربنا باردة مرخية
426. لينة قد ما تهيج السودا   لا تقربنها ما استطعت أبدا
427. لاكنها تطفى لهيب المعطش   من أجل ذا تعجب أهل الحبش
428. وقس عليها بقلة الخبازا   حقيقة فى الطبع لا مجازا
429. والسلق فيه الحر واليبوسة   يطلق يبس الطبع بالملوسة
430. بالزيب والخل وبذر الخردل   دبره تظفر بالدواء الأكمل

LEXIQUE

V. 417 الكرنين : «Al Garnîn» espèce de cardon sauvage.

V. 419 الزرنيخ : Le chardon.

V. 421 البسباس : Le fenouil, foeniculum vulgare L. .

V. 422 البصر : La vue.

اذا البول قطر : Allusion à l'incontinence urinaire.

V. 423 الهنديا = التفاف : V. 231

V. 425 الباميا = الملوخية : La corète, Corchorus olitorius L. .

V. 428 بقلة الخباز : La mauve, les éspèces les plus répandues sont Malva rotundifolia L., M. hispanica L., M. sylvestris L. .

V. 429 السلق : La bette (ou poirée) Beta cicla L. .

401. Et la variété jaune «al muzaybal» («aux nombreuses pelures») de printemps, est la moins chaude de toutes;

402. ainsi, la première variété atteint le quatrième degré (de chaud), profites de ces renseignements,

403. et la seconde (variété) est du troisième degré; la troisième (variété) est de degré inférieur à la précédente;

404. pour les personnes âgés et les pituiteux, il (l'oignon) représente un remède,

405. il guérit de la toux ainsi que des ulcères d'estomac, inhibe les poisons,

406. est très efficace contre les calculs rénaux et l'alopécie et convient à la rate.

407. *A propos des légumes sauvages.*

408. Le cardon (ainsi que toutes ses variétés), est d'une utilité évidente ;

409. son tempérament est chaud et subtile, manges'en donc sans crainte;

410. il élimine les humeurs et les gaz altérés et il est de al meilleure utilité pour l'évacuation des déchets,

411. il chasse l'odeur nauséabonde des aisselles, purifie le corps, et élimine mauvaises humeurs et putréfaction;

412. quant à la variété «afazzân», elle est extrêmement sèche; et de toute évidence, elle déssèche les corps,

413. c'est pourquoi elle donne naissance à la bile noire et représente un remède pour les pituiteux;

414. sa correction est le sirop de vinaigre, ajoutes'en donc et laisses de côté les controverses;

415. il y a la variété nommée «tafghan» qui tanne les estomacs faibles,

401. والأصغر المزيبلى الربيعى   أقل تسخينا من الجميع
402. فأول يبلغ حد الرابع   من درج أفخذ علوما نافعة
403. والثانى فى الثالثة الموالية   وثالث فى الطبع دون الثانية
404. وللمشايخ وأهل البلغم   فيه الشفاء من ضروب السقم
405. يبرى السعال مع قروح المعدة   يبطل صولة السموم المفسدة
406. ولحصا الكلا وداء الثعلب   وللطحال فيه خير أرب
407. **القول فى البرى من البقول   حسبما يختار من مقول**
408. الخرشف الغص على أنواعه   يفضى لنفع بين فراعه
409. فى طبعه الحر من اللطافة   مع الطعام خذه لا مخافة
410. يخرج اخلاطا وريحا فاسدة   وفيه للأدران خير فائدة
411. ينفى الصنان ويطيب البدن   ويذهب الخلط الردى والعفن
412. وافزان مفرط فى اليبس   ويجفف الأبدان دون لبس
413. من اجل ذاك يحدث السوداء   وقد يرى للبلغمى دواء
414. اصلاحه السكنجبير السكرى   فاحفل به ، ودع جدال الممترى
415. ومنه ما نعرفه بتافغة   وهى لمعدة الضعيف دابغة

LEXIQUE

V. 405 قروح المعدة : Les ulcères d'estomac.
V. 406 حصا الكلا : Les calculs rénaux.
داء الثعلب : L'alopécie (chute de cheveux).
V. 447 البر من البقول : Les légumes sauvages (des champs).
V. 448 الخرشوف : V. 74.
V. 450 الادران : Les déchets.
V. 451 الصنان : L'odeur nauséabonde des aisselles.
V. 452 افزان : «Afazzân», Espèce de cardon sauvage, Cynara scolymus.
V. 465 تافغة : «Tâfgha», Espèce de cardon sauvage; probablement le Cynara acaulos. (Dr L. Leclerc dans «Khashf a r-rumûz»).

386. leur tempérament est chaud et sec et ils guérissent les extinctions de voix.

387. La laitue est d'un tempérament humide et froid, et convient au traitement du fièvreux;

388. elle «diminue» le sperme, à l'opposé des carottes, et ses graines contiennent du froid.

389. Les carottes sont toutes de tempérament doux, en effet, elles sont aphrodisiaques.

390. Et ne te fies jamais aux aubergines, il n'ya pas de plus grand «malfaiteur» que celui qui en abuse;

391. elles sont aphrodisiaques de par leur tempérament sec et chaud, essayes donc de t'en abstenir;

392. (pour les préparer), coupes les et pèles les, puis mets les dans de l'eau et du sel....

393. et chaque fois que leur eau noircit, renouvèles la, puisse le mal t'épargner;

394. prépares les avec beaucoup de gras telle que l'huile et le beurre rance;

395. la variété noire, aux graines peu nombreuses, est la meilleure, vient ensuite la variété à la peau fine;

396. la variété claire et grosse ainsi que la rouge, sont les pires; enfin vient la variété énorme de couleur jaune.

397. Les oignons sont chauds et secs et leur «force» est reconnue de tous;

398. ils rougissent le visage et favorisent la production de sperme; leur suc est utile contre les maladies occulaires;

399. la variété rouge d'été est la plus chaude et nuit aux sujets maigres,

400. la variété blanche d'été à la grosse taille est moins chaude, d'après les hommes de sciences,

386. مزاجه للحر واليبوسة يطلق أصواتا غدت محبوسة
387. والخس رطب بارد المزاج يصلح للمحرور فى علاج
388. وينقص المنى عكس الجزر والبرز منه بالبرودة حر
389. واللين فى الجزر بالاجماع اذ هو معوان على الجماع
390. لا تركنن يوما لباذنجان ما مثل من يكثره من جان
391. يردى الحجا باليبس والحرارة فصد عنه نفسك الامارة
392. قطعه وانزع قشره واجعله فى ماء وملح كى باصلاح تفى
393. وكلما اسود عليه الماء جدد له الماء عداك الداء
394. واستعملنه بكثير الدهن فى طبخه كالزيت أو كالسمن
395. والأسود اللون قليل البزر احسنه ثم الرقيق القشر
396. والأشهب الغليظ ثم الأحمر اخبث ، ثم العظيم الأصفر
397. والحر فى البصل واليبوسة قوته مشهورة محسوسة
398. يحمر الوجه ويدفع المنى وماؤه يبرى سقام الأعين
399. والأحمر الصيفى أشد حرا فطالما أولى النحيف ضرا
400. والأبيض الصيفى الغليظ الجرم اقل حرا ، قال أهل العلم

LEXIQUE

V. 387 الخس : La laitue, la salade.
V. 388 الجزر : Les carottes.
V. 389 الباذنجان : Les aubergines (v. synonyme V. 137).
V. 397 البصل : L'oignon.
V. 398 سقام الأعين : Les maladies occulaires.

371. sa peau et ses graines sont de tempérament sec quant à sa chaire, elle, est humide;

372. son odeur met la joie au coeur et dissipe chagrins et soucis ;

373. de par son goûtacide, il est semblable aux «al-lim», en tempérament et en bienfaits.

374 — 375 Apropos des légumes verts des jardins.

376. Les navets sont de tempérament sec et chaud et embellissent le corps;

377. les meilleurs sont, d'après le médecin, ceux de la variété «baladî»; ils guérissent des calculs et désobstruent;

378. ils jouissent d'une couleur blanc-rosée et de feuilles vertes comme l'émeraude;

379. puis vient la variété «al mashkûr», puis la variété «al mahfûr»;

380. ces deux dernières sont des aliments lourds et provoquent un mal sévère.

381. Les radis sont digestifs, carminatifs, et débarassent le sujet sain des poisons;

382. bienqu'aidant à la digestion des autres aliments, leur propre digestion est lente;

383. prends les à la fin du repas comme un remède contre la jaunisse et l'obstruction.

384. Il ya contre les choux, une mise en garde pressante, et certains disent qu'ils ne font aucun bien;

385. cependant, leur préparation en salade au vinaigre de vin convient à la rate;

371. فى قشره وبزره اليبوسة   واللحم ذو رطوبة محسوسة
372. وشمه يولى الفؤاد فرحا   يزيل عنه نكدا وترحا
373. حماضه الداخل مثل الليم   فى طبعه ونفعه العميم
374. **القول فى الخضر والبقول   كما اقتضته حكمة العقول**
375. كلامنا منها على البستانى   وما به عمارة الفدان
376. اليبس فى اللفت مع الحرارة   يعطى الجسوم الحسن والنضارة
377. وخيره عند الحكيم البلدى   يشفى الحصا مفتح للسدد
378. يزهو بلون أبيض مورد   فى ورق خضر كما الزبرجد
379. وبعده فى الرتبة المشكور   وبعدها هذا الأحرش المحفور
380 كلاهما غذاؤه ثقيل   يفضى لضر خطبه جليل
381. والفجل هاضم مزيل الريح   ويطرد السم على الصحيح
382. فهضمه لغيره كثير   وهضمه لنفسه عسير
383. خذه دواء فوق أكل ترشد   لليرقان ولفتح السدد
384. وفى الكرنب حميات مسرعة   بل قال قوم : ليس فيه منفعضضة
385. لكن اخذه بخل خمر   تيا ملمة الطحى يبرى

LEXIQUE

V. 374 الخضر والبقول : Les légumes verts ....
البستانى : Des jardins.
V. 376 اللفت : Les navets...
V. 377 البلدى : ... «du pays», variété locale de navet, c'est l'éspèce cultivée = «al baladî».
V. 378 الزبرجد : Signifie le topaze (pierre précieuse de couleur jaune); mais signifie aussi la chrysolite et l'émeraude (qui sont, elles, des pierres de couleur verte, comme les feuilles).
V. 379 المشكور : «Al Mashkûr,» («la prisée»), variété locale de navet.
المحفور : «Al Mahfûr» (le navet «qui s'enfonce en terre»), c'est une éspèce sauvage de navet.
V. 381 الفجل : Les radis.
V. 384 الكرنب : Le choux.
V. 385 خل خمر : Le vinaigre de vin.

356. ils fortifient, d'après les connaisseurs, un estomac affaibli par un éxcés de chaleur.

357. ils sont très utiles en cas de constipation tenace, d'ulcère des; intestins et de menorrhagie.

358. L'azerole est de tempérament froid et sec, pour cette raison, elle convient aux fiévreux;

359. elle est antidiarrheïque et guérit de l'incontinence urinaire.

360.ᵉA propos des fruits d'hiver. Leurs méfaits et leurs avantages.

361. Les olives vertes non mûres, sont un remède pour les viscères grâce à leur tempérament froid et protecteur;

362. Les olives noires, mûres, sont d'un tempérament chaud, la preuve en est donnée par leur goût amer;

363. les (olives) confites sont excellentes et à ne pas négliger,

364. elles ouvrent l'appétit car elles sont de digestion rapide.

365. les citrons «al-lim» et les oranges amères servent au froid et contiennent des remèdes appréciables;

366. les sucrés parmi eux rétablissent l'équilibre (des tempéraments), et tous sont des remèdes;

367. ils étanchent la soif ardente, et on en frotte les tâches cutanées ....

368. La peau des oranges amères apaise la douleur des entrailles et combien d'évanouissements elle a vaincu !

369. elle élimine la pituite et traite l'indigestion ainsi que les rhumes de cerveau dus au froid.

370. La force du cédrat provient des différents éléments qui y sont contenus;

V. 365 النارنج : L'Orange amère bigarde, fruit du bigaradier ou Citrus vulgaris Risso..

الليم : V. 95 «Al-lîm».

V. 367 كلف : Tâches hyperpigmentées (ex = cloasma, tâches de rousseur ...).

برش : Bigarré, bariolé ; anomalie de la pigmentation cutanée.

V. 369 نزلات الراس : Les fluxions de tête ou rhume de cerveau

V. 370 الاترج : Le cédrat, fruit du cédratier, Citrus médica Risso..

356. فهو يقوى عند اهل السر — معدة قد ضعفت عن حر
357. ينفع جدا بيسير قبض — من قرحة المعى ونزف الحيض
358. والبرد ثم اليبس فى الزعرور — من اجل ذا يليق بالمحرور
359. بقبضه يبرى من الاسهال — يكف داء سلس الأبوال
360. **القول فى فواكه الشتاء — فى دائهما المحذور والدواء**
361. الأحضر الفج من الزيتون — يبرى الحشا ببرده المصون
362. والأسود الناتيج ذو حرارة — مزاجه دليلها المرارة
363. والشامخ الأحمر والمخلل — كلاهما معتبر لا يهمل
364. يفتقان شهوة الطعام — شانهما سرعة الانهضام
365. والليم والنارنج للبرودة — وفيهما أدوية محمودة
366. والحلو منهما للاعتدال — والكل فى العلاج ذو كمال
367. يدفع داء لهب وعطش — يطلى به كلف وبرش
368. وقشر نارنج يزيل المغصا — وطالما من غشيان خلصا
369. يزيل بلغما ويذهب التخم — ونزلات الراس عن برد الم
370. وقوة الاترج قد تركبت — فى ضمنه أمزجة قد حبست

LEXIQUE

V. 357 **قرحة** : Ulcère.

المعى : Les intestins.

نزف الحيض : Hemorragies de la menstruation = règles abondantes (ménorrhagies).

V. 358 **الزعرور** : L'Azérole, fruit de l'azérolier, Crataegus Azarollus L.

V. 359 **فواكه الشتاء** : Les fruits d'hiver.

V. 361 **الزيتون** : Les olives.

V. 362 **المرارة** : Le goût amer.

341. elles ne conviennent pas bilieux dont elles transforment rapidement le sang en bile noire;

342. corriges les avec du sirop de vinaigre, tu préviendras ainsi le mal.

343. A propos des fruits «apéritifs» (sauvages).

344. L'arbouse neutralise les poisons;

345. elle est de tempérament froid et sec et donne beaucoup de gaz;

346. ses feuilles guérissent les inflammations ainsi que les douleurs,

347. sa résine déjoue la magie et soigne des hemorroïdes.

348. Le fruit du palmier nain (al ghäz») a une tendance froide, cependant il présente des qualités appréciables;

349. il fortifie les gencives, tanne l'estomac et a une action antidiarrheïque;

350. pris avant le repas, il est astringent, et guérit même, parfois, de l'incontinence urinaire;

351. il en est de même pour les dattes jeunes («balah») au point de vue tempérament et bienfaits.

352. Les glands sont froids et secs d'après les livres de médecine;

353. ils sont efficaces contre les hématémèses, les hemorragies, l'incontinence urinaire, ils sont astringents et mettent fin aux expectorations.

354. Les jujubes (sauvages) sont d'un tempérament froid et sec, de combien de bien-être ils sont responsables et combien de maux ils préviennent !

355. En tisane, ils arrêtent la diarrhée et stabilisent le «caractère»;

V. 352 البلوط : Les glands, (fruits du chêne).

V. 353 نفث : Vomissement, hématemèse.

نزف : Hemorragie.

سلس : Incontinence urinaire.

قلس : Expectoration, vomissement.

V. 354 النبق : Jujube, fruit du jujubier sauvage, Zyziphus Napéca Lam.

341. ولا يليق بذوى الصفراء   ودمه يسرع بالسوداء
342. اصلحه بالسكنجبين السكر   من بعده تأمن ضروب الضرر
343. **القول فى الفواكه الشهية   كلامنا فيه على البرية**
344. اما الجنا التى تسمى ساسنو   فللسموم دافع مستحسن
345. وطبعه للبرد واليبوسة   يحدث ريحا جمة محسوسة
346. ورقه يحلل الأوراما   ويذهب الأوجاع والآلاما
347. وصمغه يبطل فعل السحر   يشفى من الباسور كل ضر
348. الغاز مائل الى البرودة   لكنه فيه خصلة محمودة
349. شد اللثاث مع دبغ المعدة   وفيه للاسهال أى فائدة
350. قبل الغذاء يمسك الاسهالا   وربما قد امسك الأبوالا
351. ومثل هذا بلح النخيل   فى طبعه ونفعه الجليل
352. والبرد فى البلوط واليبس كما   قرر فى مصنفات الحكما
353. ينفع من نفث ونزف وسلس   ويعقل البطن ويمنع القلس
354. والبرد واليبس مزاج النبق   كم راحة يسدى وكم ضر يقى
355. سويقة يبرى من الاسهال   ويجذب الطبع للاعتقال

LEXIQUE

V. 343 **فواكه الشهية** : Les fruits «apéritifs»....

البرية : .... Sauvages (des champs).

V.344 **ساسنو** : Arbouse, fruit de l'abrousier, Arbutus Unédo L.,

V. 347 **السحر** : La magie.

باسور – بواسر Hemorroïdes.

V. 348 **الغاز** : «Al Ghâz», 'fruit du palmier nain, Chamaerops humilis.

V. 349 **اللثاث** : Les gencives.

V. 351 **بلح** «Balah», nom donné aux dattes jeunes.

326. elles provoquent des maladies comme la fièvre putride, immédiatement ou après quelque temps;

327. et, bien qu'elles permettent de refroidir les bilieux, elles causent les pires des maux;

328. pour les corriger, prends, après leur ingestion, du miel et du mastic, cela préviendra le mal.

329. Les amandes sont d'un tempérament chaud et doux et leur bienfait immense a été constaté par tous;

330. elles guérissent la toux, fortifient les reins, et préservent la santé;

331. les amandes épluchées et écrasées (le lait d'amandes) sont éfficaces contre tout mal localisé aux viscères;

332. et ce que j'ai noté à propos des amnades, comme tempérament et comme bienfait est aussi valable pour les noix.

333. Les jujubes (cultivés) sont d'un tempérament équilibré et sont très bénéfiques contre la toux,

334. ils soignent les maladies rénales et hépatiques ainsi que l'ébullition du sang due à une «humeur» dépravée.

335. Le caroube est de tempérament chaud et sec; sa digestion est difficile;

336. il donne lieu, s'il est digéré, à une humeur bénéfique est c'est un astringent en cas de diarrhée.

337. Les dattes ont une tendance chaude et représentent un aliment très riche;

338. c'est un remède de la poitrine contre la toux, ainsi que de la paralysie faciale et de l'hémiplégie mortelle;

339. elles nettoyent les viscères des déchets de la pituite et font abonder le sang dans l'organisme;

340. cependant, elles nuisent aux dents et provoquent du prurit;

326. يحدث أمراضا كحمي العفن … فى الحين أو بعد مضى زمن
327. فهو وان كان لذى الصفراء … مبردا يحدث شر داء
328. أصلحه بعد أكله بعسل … ومصطكى لدفع داء معضل
329. واللوز حر لين فى طبعه … قد جرب القوم عظيم نفعه
330. يبرى السعال ويسمن الكلا … ويحفظ القوة عند من بلى
331. والنفع فى المقشور والمستحلب … من كل داء فى الحشا مستجلب
332. وكل ما قدمته فى اللوز … طبعا ونفعا مثله فى الجوز
333. واحكم على العناب باعتدال … وهو عظيم النفع للسعال
334. يذهب أمراض الكلى والكبد … وغليان الدم بالخلط الردى
335. والحر ثم الييس فى الخروب … وهو عسير الهضم ذو خطوب
336. يصير خلطا جيدا اذا انهضم … ويعقل البطن اذا حل السقم
337. والتمر مائل الى الحرارة … يغذوا غذاء بين الغزارة
338. فيه شفاء الصدر والسعال … ولقوة وفالج قتال
339. ينقى الحشا من فضلات البلغم … ويمنح الأجساد افراط الدم
340. لكنه يضر بالأسنان … ويكثر الكحة فى الأبدان

LEXIQUE

V. 326 حمى العفن La fièvre pudride.

V. 329 اللوز : V. 256

V. 332 الجوز V. 55

V. 333 العناب : Jujubes, fruits du jujubier cultivé = Rhamnus Zizyphus L, appelation vulgaire «Az-Zafzûf».

V. 334 الخلط : l'Humeur (dans le sens des tempéraments, V. principes M.A.).

V. 335 الخروب : Le caroube, fruit du caroubier, Ceratonia siliqua L.

V. 337 التمر : Les dattes.

V. 240 السنان : Les dents.

الكحة : Les démangeaisons, le prurit.

311. c'est pour cela qu'elles enflent les ventres, humidifient et adoucissent;

312. elles adoucissent les poitrines avec mesure, et leur sirop est efficace contre la toux.

313. corriges leurs inconvients en ajoutant, soit de la poudre de thym pour le sujet de «caractère» froid,

314. soit des grains de gingembre pour celui dont le «caractère» est de toute évidence chaud.

315. Quand aux coings, ils sont reconnus comme étant de tempérament froid et sec;

316. pris avant le repas, ils sont astringents, et pris après ils sont adoucissants;

317. ils apportent un renforcement appréciable à l'estomac fragile, grâce à leur effet de tannage;

318. et si quelqu'un, en ayant trop mangé,

319. passe la nuit sujet à des douleurs internes et à l'indigestion, fait le vomir, tu le guériras.

320. Les grenades, aussi bien les (variétés) sucrées que les acides, sont d'un tempérament froid,

321. cependant les acides sont sèches et les sucrées sont humides;

322. toutes les deux (variétés) éliminent l'éxcés de chaleur du corps; les sucrés sont digestives, dissipent la tristesse;

323. et provoquent la soif comme il est connu de tous .. étrange qu'un aliment froid puisse donner soif !

324. Que celui qui a une diarrhée, les mange avec leurs peaux pour se soigner.

325. Quant aux pêches elles ne font aucun bien, déconseilles les donc à ceux qui les apprécient;

311. من أجل هذا ينفخ البطون — ويحدث الترطيب واتليينا
312. يلين الصدر بالاعتدال — وربه يصلح للسعال
313. اصلح اذاه باستفاف الزعتر — للبارد الطبع تفز بالوطر
314. والبزورى من السكنجبين — لمن على مزاجه الحر يبين
315. أما السفرجل فبرده اشتهر — وييبسه لدى المزاج المعتبر
316. قبل الطعام يحبس البطون — وبعده يفيده تليينا
317. يحدث فى المعدة الضعيفة — بدبغة تقوية لطيفة
318. وربما أسرف بعض الناس — فى أكله جدا بلا قياس
319. فبات حلف مغص أو تخمة — مره يقى كى يزيل سقمه
320. والحلو والحامض من رمان — كلاهما فى الطبع باردان
321. لكنما الحامض لليبوسة — والحلو ذو رطوبة محسوسة
322. كلاهما يذهب حر البدن — والحلو هاضم مزيل الحزن
323. معطش وذاعن الجل فشا — فأعجب لبارد يهيج العطشا
324. ليبتلعه من به اسهال — بتفله ليعرض اعتقال
325. والخوخ لا يعقبه سلامة — فكن لمن يهواه ذا ملامة

LEXIQUE

V. 311. بطن ـ بطون : Ventre.

V. 313 استفاف : (Médicament) en poudre.

V. 314 السكنجبين : Il ya parfois une confusion avec
il s'agit ici du gingembre car l'auteur parle de «grains».

V. 317 دبغ : Tanner.

V. 319 مغص : Douleur des entrailles.

تخمة : Indigestion.

يقىء : du verbe vomir.

V. 320 الرمان : Les grenades

V. 324 اسهال : Diarrhée.

V. 325 الخوخ : Les pêches.

296. et tous ceux (les raisins) qui ont un goût acide ont une tendance froide, comme c'est le cas pour le verjus;

297. leur action est donc identique à celle du jus de citron («allîm») d'après ce qu'en a dit un grand médecin;

298. et plus ils sont à proximité de la terre, leurs ceps chargés des fruits pendants,

299. plus ils sont lourds car altérés par la terre, comme il se revèle à leur ingestion;

300. et plus ils sont hauts sur leurs branches ou grimpent sur des grands arbres tels que les chênes,

301. plus ils sont légers, non atteints par la terre et améliorés par les vents;

302. et tous ceux qui restent jusqu'au mois de janvier sur la vigne, ne présentent aucun avantage.

303. ils boivent une eau nouvelle, méfies toi donc, puisses-tu être guidé, de leur poison violent,

304. Leur eau nouvelle se mèle à l'eau de l'an passé et ils (les raisins) sont alors comparables au nourrisson allaité par une mère enceinte.

305. Les raisins secs sont d'un tempérament chaud et (rendent) mou; ils sont exempts de putréfaction;

306. la variété rouge fait grossir, mais la variété noire est plus chaude.

307. Quant aux figues, il en existe une variété blanche teintées de rouge, une noire et une verte;

308. et pour toutes ces variétés, elles font moins de mal quand elles sont épluchées;

309. elles adoucissent le «caractère», aident à grossir et sont bénéfiques pour la puissance sexuelle;

310. toutes sont d'un tempérament chaud et humide et donnent des gaz;

296. وكل ذى حموضة فى المطعم مال الى برودة كالحصرم
297 ففعله فعل شراب الليم كما أتى عن ماهر حكيم
298. وكل ما من التراب قد دنا وكان فى زرجونه دانى الجنا
299. فهو ثقيل كدرته الأرضية وثقله مشاهد فى الأغذية
300. وكل ما يعلو على العريش أو طايل الأشجار كالكريش
301. فهو خفيف لم تصبه أرضيه ملطف مروق بالأهوية
302. وكل ما يبقى الى دجنبر فى كرمه فهو من النفع برى
303. يشرب ماء صاعدا جديدا فاحذر هديت سمه الشديدا
304. جديده بماء عام أول يمزج فهو كرضيع مغيل
305. وفى الزبيب الحر واللدونة مزاجه خال من العفونة
306 أحمره التسمين فيه بين لكنما الاسود منه أسخن
307. والتين منه أبيض معصفر ومنه مسود ومنه أخضر
308. وكل مقشور من الأصناف اقل اضرارا بلا خلاف
309. يلين الطبع ويورث السمن فى قوة الجماع فعله حسن
310. وكله للحر والمرطوبة والريح قد ما تقترى ضروبه

LEXIQUE

V. 298 الزرجون :Les ceps de vigne.

V. 300 الكريش : Le chêne.

V. 304 الرضيع : Le nourisson ....

المغيل : ... allaité au lait de sa mère alors que celle-ci est de nouveau enceinte.

V. 309 قوة الجماع : La «force» sexuelle.

281. elle refroidit et adoucit car son tempérament est humide;

282. il en est de même pour la variété «ar-rûmî» qui a le même tempérament ;

283. quant à la variété ronde, blanche et grande, plus que toutes les autres, elles est très douce,

284. on l'appelle communément la citrouille et elle suprime les crises de la bile jaune;

285. chez nous, elle est connue sous le nom de «al bazzâm» 'entre autres appellations.

288. Le «as-sabîtî» est très lourd, n'en abuse donc pas;

287. il engendre de la pituite mauvaise et visqueuse, quel bien peut-on donc en éspérer ?

288. Il est plus connu sous le nom de «al bsibsi»; n'en manges donc pas trop par mesure de prudence.

289. *A propos des fruits d'automne.*
Je les ai réunis dans un agréable poème.

290. Toutes les variétés de raisin sont de tempérament humide et sont bons à manger;

291. plus il (le raisin) est blanc et plus sa peau est fine, de meilleure qualité il est,

292. et plus il est noir plus il est chaud; n'aie donc crainte, tu n'en-expérimenteras aucun mal;

293. le rouge a un tempérament équilibré, et contient les plus précieux bienfaits;

294. la peau et les pépins donnent des gaz nuisibles pour le corps,

295. et les deux sont indigestes et occasionent des gargouillements gênants;

281.	لأنــــه مبـــــرد ملــــــين	اذا المــزاج منـــه رطب بيـــن
282.	كـــذا الذى نعرفــــه بالــرومى	بقـــرب من مزاجـــه المعلـــوم
283.	والمســـتدير الأبيض الكبيـــر	فوق الجميـــع لينــــه كثـــير
284.	يعـــرف فى الحـــديث بالدبـــاء	وهو مزيل صـــولة الصـــفراء
285.	وعنـــا يعـــرف بالبـــزام	من جملـــة الألقـــاب والتسامى
286.	ان الســـبيتى ثقيـــل جـــدا	فلا تجـــاوز فى غـــداه حـــدا
287.	يحـــدث بلغمـــا خبيثـــا لزجـــا	فأى نفـــع من قـــواه يرتجى
288.	يعرفـــه الأكثـــر بالبسيبسى	ففـــر من تكثيـــره واحتـــرس
289.	**القـــول فى فواكـــه الخـــريف**	**جمعتهـــا فى رجـــز لطيف**
290.	فكـــل صنف من صـــنوف ألعنب	رطب المـــزاج ذو غـــذاء طيب
291.	وكـــل ما ابيض ورق قشـــره	ينقص شـــرا أو يزيد خيـــره
292.	وكـل ما اســـود يزيد حـــرا	فلا تخف ما عشـــت منـــه ضرا
293.	والأحمـــر اللون مزاجـــه اعتـــدل	على نفايس المنافـــع اشـــتمل
294.	والقشـــر والعجـــم يولدان	ريحـــا تثير الســـقم فى الأبدان
295.	كلاهمـــا يغلب فعـــل الهاضمة	ويحـــدث القـــراقر الملازمـــة

LEXIQUE

V. 282 القرع الرومى : Variété de courge = «Ar-Rûmî.

V. 284 الدباء : Le potiron, la citrouille = Cucurbita Lagenaria Dubba.

صولة : Attaque violente, soudaine = crise.

V. 286 السبيتى : Indéterminé; probablement une variété de courge.

V. 289 فواكه الخريف : Les fruits d'automne.

V. 290 صنف : Variété, espèce.

العنب : Le raisin.

V. 294 القشر : Les peaux.

العجم Les pépins

V. 295 القراقر : Les gargouillements abdominaux.

266. *A propos des fruits du potager.*

267. Les concombres sont froids et doux, cependant ils provoquent la production de bile;

268. ils étanchent la soif intense et refroidissent l'ébulition du sang;

269. de l'avis général, manges les avec leur peau, ce qui permet une élimination rapide avant qu'ils ne nuisent;

270. ajoutes (ô frère), à leur jus, puisses tu être guidé, son poids de sucre,

271. et bois-en, cela purge des déchets de la bile jaune et de la bile noire.

272. Et tout ce que j'ai dit à propos des concombres, comme aventages et comme méfaits,

273. est valable pour le concombre serpentin, (puisses-tu continuer à guérir des maux rebels);

274. corriges les, pour les bilieux avec du sirop de vinaigre, et pour les pituiteux avec des conserves de rose.

275. Les melons sont froids et (rendent) mous et sont donc cause de putréfaction;

276. ils adoucissent le «caractère», permettent l'élimination des calculs, et combien de personnes en rétention d'urine ils ont guéri;

277. il est bon d'en manger entre deux repas. Comme ces derniers, les pastèques sont humides,

278. prends-en avant le repas et après, tu n'auras alors aucun mal;

279. corriges les avec du sirop de vinaigre (sus-cité), et n'en méconnais pas l'avantage.

280. La courge nommée «as-salâwî» convient comme nourriture et comme remède;

اللدونة : La mollesse, relatif au tempérament (V. principes de la M.A.).

V. 276 اللحصا : Les calculs.

اسر بول : Rétention urinaire.

V. 277 الدلاع : Les pastèques.

V. 280 القرع : Courge = Cucurbita.

السلاوى : v. 75.

266. القول في ما تثمر البحيرة — فذكر منه جملة يسيرة
267. البرد ثم اللين فى الخيار — لا نكه يفضى الى المرار
268. يطفى لهيب العطش الشديد — وغليان الدم بالتبريد
269. والرأى أن تأكله بقشره — يخرج بالاسراع قبل ضره
270. أضف أخى لمائه المعتصر — منيه ، هديت وزنه من سيبكر
271. واشربه تسهل عفن الصفراء — بسرعة وعفن السوداء
272. وكل ما ذكرت فى الخيار — من نفع أكليه ومن أضرار
273. احكم به فى الطب للقثآء — لا زلت تبرى معضلات الداء
274. اصلح لذي الصفراء بالسكنجبين — ولذوي البلغم بالجلنجبين
275. والبرد فى البطيخ واللدونة — من أجل ذا تعقبه عفونة
276. يلين الطبع ويخرج الحصا — كم مشتك من أسر بولٍ خلصا
277. بين طعامين يليق أكله — كذلك الدلاع رطب مثله
278. خذه فدتك النفس من قبل الطعام — وبعده فما عليك من ملام
279. اصلاحه وما ذكرت قبله — سكنجبين لا توارى فعله
280. والقرع المعروف بالسلاوى — يصلح للغذاء والتداوى

LEXIQUE

V. 266. ما تثمر البحيرة : Les fruits du potager (cucurbitacées).

V. 267 الخيار : Les concombres : Cucumis satives.

V. 268 غليان الدم : Les sang en ébullition.

V. 271 تسهل : a le sens de purgation.

V. 272 القثاء : Variété de concombre longue et flexueuse = «concombre serpentin», Cucumis flexuosus L., appelé vulgairement «Al-Faggûs».

V. 274 السكنجبين : Le sirop de vinaigre ou oxymel (vinaigre et miel).

V. 275 البطيخ ; Le melon, Cucumis melo L.

251. viens ensuite la «bâlûtî à la couleur noire; sois conscient de ses avantages;

252. par contre, les autres variétés provoquent la production de bile , constatée à plusieurs reprises.

253. Quant au fruit nommé «al bâkûr» (figues précoces), il a un tempérament non recommandable,

254. en effet, durant l'hiver, il est figé sur sa branche comme un foetus qui «dort»,

255. jusqu'à ressentir de nouveau la chaleur; mefies toi, son poison caché n'a pas son pareil;

256. son antidote en est les amandes et l'anis, qui le corrigent au mieux.

257. Le tempérament de la poire est froid et sec, elle a un très bon goût et une merveilleuse odeur,

258. cependant la variété «bânuj» est de tempérament humide et sa chaire recèle un jus merveilleux,

259. On aurait dit qu'elle a été trempée dans du sucre et de l'eau de rose à l'odeur d'ambre,

260. elle renforce l'estomac et rafraîchit beaucoup la «brûlure» des coeurs.

261. Les pommes acides sont de maladies et sont à éviter,

262. il en est de même pour les (pommes) vertes, lourdes et constipantes; les pommes acides sont de tempérament sec et froid;

263. Les pommes mûres, elles, tendent vers l'équilibre, mais ne sont pas expemptes de chaud;

264. le sage (médecin) classe en premier la variété «sarîjî», salutaire pour celui qui en mange,

265. dont l'odeur renforce le coeur et le sirop réjouit.

V. 256 اللوز : Les amandes (fruit de l'amandier).

انيسون : Anis, Pimpinella anisum L., on utilise son fruit qui est en forme de graine = grains d'Anis.

V. 257 الكمثرى : La poire.

V. 258 البانج : Variété de poire; «al bânuj».

V. 259 العنبر : L'ambre, qui est produit par l'intestin du cachalot; il est recueilli sur les rivages marins, notamment au Maroc.

V. 261 التفاح : Les pommes.

V. 262 قابض : Astringent, antidiarrheïque; ici, constipant.

V. 263 الاعتدال : L'équilibre; (tempérament), V. principes de la M.A.

V. 264 السريج : Variété locale de pommes; «as-sarîj».

V. 265 الرب : Le sirop,

251. ودونه الأسود والبلوطى   كن واعيا لحكمه المشروط
252. وغير هذا محدث مرارا   قد جربت أفعاله مرارا
253. اما الذى يعرف الباكور   ففيه طبع ليس بالمشور
254. لأنه وقت الشتاء قد جمد   فى عوده ، مثل جنين قد رقد
255. حتى اذا أحس بالحر انتبه   فسمه الخفى ما له شبه
256. ترياقه لوز وآنيسون   ممنا له أصلح ما يكون
257. والبنرذ ثم اليبس فى الكمثرى   وان حلا طعما وفاح عطرا
258. لاكنا البانوج للرطوبة   بجرمه مائية مشوبة
259. كانهما قد مزجت بالسكر   وماء ورذ فيه ريح العنبر
260. فى أكله تقوية للمعدة   مبرد جدا لهيب الأفئدة
261. وكل حامض من التفاح   داعى السقام عادم الصلاح
262. كذلك الفج غليظ قابض   واليبس والبرد مزاج الحامض
263. والحلو مائل للاعتدال   وليس من حرارة بخال
264. قال الحكيم خيره السريج   فيه لمن يأكله تفريج
265. فى شمه تقوية الفؤاد (١)   وربه فيه السرور باد

LEXIQUE

V. 251 البلوطى : Variété de prunes, «al baiûtî».

V. 252 مرارا : Bile, fiel.

V. 253 الباكور : Figues précoces (premier fruit du figuier offrant une double récolte) ; «al bâkûr.»

V. 254 جنين : Foetus..

الراقد : qui dort ... (— allusion à la mort foetale ... , à l'utérus myomateux .... ?).

(1) Ce Vers manque dans la copie (A).

236. *A propos des fruits du verger et de la plus part de ce qui se cueille (des branches).*

237. la saison d'été connaît des fruits excellents, au sujet desquels nous dirons quelques mots.

238. Les premiers à paraître, les mûres, sont un aliment de valeur;

239. elles sont adoucissantes grâce à leur chaleur et leur douceur n'ignorez pas leurs bienfaits évidents;

240. manges'en sur un estomac vide et tu profiteras d'une douceur réjouissant le coeur,

241. n'en prends pas par dessus les aliments car ceci mène à la maladie.

242. Viennent ensuite les abricots, froids et humides, qui provoquent la putréfaction et nuisent.

243. ils ruinent la santé du pituiteux, sur l'heure ou dans les mois à venir;

244. on les corrige avec des conserves de gingembre ou des conserves de roses millées, d'après un connaissant.

245. Les cerises ont un tempérament froid et humide, ne néglige donc pas leur bienfait énorme;

246. elles palient aux méfaits de la bile jaune, developpent toutes les parties du corps,

247. éliminent les évanouissements, assouvissent la soif, et grâce à elles, le coeur se réjouit;

248. la résine de leur arbre guérit la toux et «augmente» le sperme chez l'homme.

249. Les prunes jouissent du même tempérament (que les précédents), ainsi que d'un goût et d'une couleur agréables;

250. la première variété est celle «de Valence» qui élimine tout exés de chaleur et de sec.

TRANSCRIPTION

236. القول في فواكه الجنان   وجل ما يقطف من اغصان
237. ففى المصيف نعم معتبرة   نذكر منها جملا مختصرة
238. أول ما يبدو ولدينا التوت   وحكمه مقدر منعوت
239. مرطب بحره واللين   لا تغفلن عن نفعه المبين
240. خذه اذا على خلاء المعدة   تفز بتليين يسر الأفئدة
241. لا تأخذ التوت على الطعام   فانه داع الى السقام
242. وبعده المشمش وهو بارد   رطب معفن مرخ مفسد
243. يفنى القوى ببلغم ذى داهية   فى الحين أو بعد شهور آتية
244. اصلاحه أكل مربى الزنجبيل   أو الجلنجين خذه عن نبيل
245. حب الملوك بارد فى طبعه   رطب فلا تهمل عظيم نفعه
246. يقمع شر فضلة الصفراء   مخصب لجملة الأعضاء
247. ينفى ضروب الغشيان والعطش   به من الكرب الفؤاد ينتعش
248. وصمغه يبرى من السعال   ويكثر المنى للرجال
249. ومثله فى طبعه البرقوق   مذاقه ولونه يروق
250. اجله أبكره البلنسى   يدفع كل سخنة ويبس

LEXIQUE

V. 236 فواكه الجنان : Les fruits du verger.

V. 238 التوت : Les mûres (fruits du mûrier).

V. 242 المشمش : Les abricots (fruits de l'abricotier).

V. 244 مربى : Conserve de...

الجلنجين : Conserve de rose miellée.

V. 245 حب الملوك : Les cerises (fruits du cerisier).

V. 248 الصمغ : La gomme, la resine (ici, du cerisier).

المنى : Le sperne.

V. 949 البرقوق : Les prunes.

V. 250 البلنسى : «De valence», variété de prunes.

221. étant cause des pires maladies comme la pleurésie et l'hydropisie,

222. et combien de fois, ils ont été à l'origine de sciatiques; celui qui en abuse fait donc erreur.

223. A propos du gibier (à poil) des montagnes et des campagnes.

224. La chaire de gazelle donne naissance à la bile jaune et parfois même à la bile noire,

225. c'est pour cette raison qu'elle convient aux pituiteux, chez lesquels elle apaise efficacement la douleur.

226. Le loup est chaud et sec, il réchauffe, et son bienfait pour le foie est flagrant,

227. étant actif contre la jaunisse, l'hydropisie et toutes les maladies du foie.

228. Le tempérament du renard est chaud et sec et, pour quelques rares personnes, il est de la plus grande utilité,

229. contre l'hydropisie, les rhumatismes, la maladie de Parkinson et l'hemiplégie qui dure.

230. Le lièvre est chaud et humide, il réveille la douleur puis la tristesse;

231. on le corrige avec de la chicorée ou du vinaigre, à lui associer au moment du repas.

232. Le herisson est chaud et sec, il présente des aventages pour tous;

233. il est carminatif et guérit des coliques rebelles,

234. il convient au foie, à la rate, et en cas de jaunisse sévère resistante au traitement;

235. il y en a une espèce grande, nommée porc épic, dont la chaire présente les mêmes effets thérapeutiques.

TRANSCRIPTION

221. يحدث فى الأجسام شر داء   كوجع الجنب والاستسقاء
222. وطالما ما أوقع فى عرق النسا   فمن يكثر أكله فقد أسا
223. **القول فى المأكول من مصطاد   من الجبال ومن البوادى**
224. لحم الضباء يحدث الصفراء   وربما قد أحدث السوداء
225. من أجل ذا ينفع أهل البلغم   فهو فهم جدا مزيل للألم
226 الذيب حر يابس مسخن   والنفع فى الكبد منه بين
227. لليرقان والاستسقاء   وكل ما فى كبد من داء
228. والحر واليبس مزاج الثعلب   وللقليل فيه خير أرب
229. لداء الاستسقا وللمفاصل   ورعشة وفالج مواصل
230. والأرنب البرى حر رطب   ياتى الصداع منه ثم الكرب
231. اصلاحه بهندبا أو خل   أيهما يوجد عند الأكل
232. والحر واليبس مزاج القنفد   فيه مصالح لكل مقتد
233. يحلل الريح من احتباس   ويطلق القولنج بعد اليأس
234. يصلح للكبد والطحال   واليرقان المرهن العضال
235. كبيره يعرف بالضربان   واللدوا كلاهما سيان

LEXIQUE

V. 221 **وجع جنب** : «Douleur du côté» = pleurésie.
V. 222 **عرق النسا** : La sciatique (maladie).
V. 223 **المصطاد** : Le gibier, ici il s'agit du gibier à poil.
V. 224 **الضباء** : La gazelle.
V. 226 **الذيب** : Le loup, le chacal.
V. 227 **اليرقان** : La jaunisse.
V. 228 **الثعلب** : Le renard.
V. 229 **داء المفاصل** : « Mal des articulations » = ruhmatisme articulaire.
V. 230 **الأرنب البرى** : Le lièvre.
الصداع : La douleur.
الكرب : La tristesse.
V. 231 **الهندبا** : La chicorée, Cichorium intybus L., plante herbacée dont on utilise les feuilles fraîches et la racine.
V. 232 **القنفد** : Le herisson.
الضربان : Le porc épic.

206. le poisson est de tempérament froid et doux, sa chaire est de digestion lente et cause de la putréfaction,

207. elle provoque la soif, humidifie le corps, et guérit des coliques (sans tarder).

208. Quant à celui (le poisson) qui est pêché dans les rivières sales aux vapeurs putrides.

209. et celui qui est pêché dans les eaux stagnantes couvertes de substances vigueuses,

210. c'est le pire des poissons, et il est préférable, d'aprés les médecins, de s'en abstenir;

211. le meilleur, d'une façon générale, est la muge, ne néglige donc pas son bienfait (indispensable),

212. à part elle, il ya la sargue et l'alose et tous, paraît-il, acceptent la correction;

213. ils conviennent en été au bilieux, et représentent pour lui un remède;

214. laves les au savon pour prévenir tout mal, puis mets les dans une décoction de thym,

215. et, après une nuit d'attente, fais les cuire ou frire ou griller;

216. fais les frire (de préférence) ou cuire avec du poivre, de la poudre de mastic et de la moutarde,

217. du gingembre et du vinaigre fort pour éviter la soif causée par leur ingestion;

218. celui qui boit du vinaigre par dessus, la teu (la soif) et se fait du bien à lui-même.

219. et c'est le contraire pour celui qui boit de l'eau, comme là dit Galien, le savant des savants.

220. et plus, ils sont salés, comme les sardines, plu tu dois te méfier de leur nuisance (évidente).

TRANSCRIPTION

206. الحوت بارد المزاج ، لين … بطيء هضم لحمه معفن
207. معطش ىمرطب الأبدان … يفضى لقولنج بلا توان
208. أما الذى يصطاد من أنهار … قذرة عفينة البخار
209. وما يصطاد من مياه راكدة … وما اللزوجة عليه زائدة
210. فهذه أخبث حوت يؤكل … وتركها لدى الحكيم أفضل
211. وخيرما على ألعموم البورى … لا تهملن فضله الضرورى
212. ودون هذا اشرغ ثم الشابل … والكل للاصلاح قالوأ قابل
213. تصلح فى الصيف لذى الصفراء … فانها شفاؤه من داء
214. فاغسله بالصابون خوف الضرر … ثم اطرحنه فى طبيخ الزعتر
215. واصبر عليه ليلة واطبخه ، أو … للقلى والشى اعمدن كما رووا
216. طيبه بعد قليه بفلفل … مع سحيق مصطكى وخردل
217. وزنجبيل مع ثقيف الخل … لتأمين العطش عند الأكل
218. من شرب الخل عليه قتله … ونفسه أحيا بما قد فعله
219. والعكس فى شرب المياه مثل … يقول جالينوس حبر الحكما
220. وكل ما ملح كالسردين … فاحذر جميع ضره المبين

LEXIQUE

V. 209 اللزوجة : Toute substance viqueuse.

V. 211 البورى : La muge ou le mulet, poisson d'eau douce et d'estuaire.

V. 212 الشرغ : La sargue.
الشابل :L'alose, poisson de mer, famille des clupéidés.

V. 213 ذى الصفراء : Les bilieux (un des 4 «caractères») V. principes de la M.A.

V. 214 الصابون : Le savon.

V. 216. سحيق : Poudre.
خردل : Moutarde, Sinapis nigra L., on utilise la graine comme condiment.

V. 217 الزنجبيل : Le gingembre (V. Synonyme V. 204).

V. 219 جالينوس : Galien (claude) médecin grec, né à Pergrame (131 V. — 201).

V. 220 السردين : Les sardines (poisson de mer).

191. Le «nawmarashta» revivifie les âmes, favorise l'activité et donne de la joie.

192. Quant aux pigeons, ce sont, pour les pituiteux, un remède contre les grandes douleurs,

193. la maladie de Parkinson, l'hémiplégie, la paralysie faciale et l'hydropisie;

194. leur tempérament est l'opposé de celui du pituiteux quand ils sont préparés au vinaigre et au verjus.

195. La tourterelle est sèche et chaude, elle fait grossir et embellit,

196. elle convient à l'hèmiplégique et au parkinsonien, mais le sujet fièvreux doit s'en éloigner;

197. on la corrige avec du bon sucre doux, ainsi qu'avec du beurre ou lait.

198. Il ya du caud et un haut degré de sec dans la perdrix catha, sois en conscient et évites les erreurs;

199. elle permet de dessécher le pituiteux du plus profond de son corps et convient au malade ascitique;

200. on la corrige avec du beurre frais en abondance ou du sirop d'eau de rose, d'après ce que l'on dit.

201. Le tempérament de la perdrix est chaud et sec, prescris la au sujet froid sans aucune crainte,

202. elle réchauffe foie et estomac et élimine toute cause d'un surplus de froid,

203. comme l'émiplégie sévère; rôtie, c'est pour les poumons, un remède contre la toux;

204. corriges la au gingembre de qualité, pour ceux dont le tempérament est chaud.

205. *A propos du tempérament de la chair de poisson.*

V. 196 المفلوج : L'hemiplégique.

المرتعش : Le parkinsonien.

V. 198 القطا : La perdrix Catha.

V. 199 داء الحبن : Hydropisie, ascite. (Kazimirski)

V. 200 شربة الجلاب : Sirop d'eau de rose. (Kazimirski)

V. 201 الحجل : La perdrix.

V. 202 المعدة : L'estomac.

V. 203 صدر ـ صدور : Poitrine, dans le sens de poumons.

السعال : La toux.

V. 204 السكنجبين : Le gingembre (épice); rizhome du Zingiber officinale Rosc., importé d'Orient.

V. 205 الحوت : Le poisson.

191. والنمومرشت ينعش الأرواحا   ويورث النشاط والأفراحا
192. اما الحمام فلا هل البلغم   فيه الشفاء من عظيم الألم
193. لرعشة وفالج ولقوة   وداء الاستسقاء فيه قوة
194. ومن مزاجه بعكس البلغم   بطبخه بالخق او بالحصوم
195. وفى اليمام اليبس والحرارة   يعطى الجسوم الخصب والنضارة
196. يصلح للمفلوج والمرتعش   لكنما المحرور منه يختشى
197. اصلاحه بالسكر العجيب   والرطب كالزبد او الحليب
198. والحر واليبس الشديد فى القطا   كن واعيا ، واحذر موارد الخطا
199. تجفف البلغم من عمق البدن   وتنفع العليل من داء الحبن
200. اصلاحها بكثرة الزبد الطرى   او شربة الجلاب مما يعترى
201. والحر واليبس مزاج الحجل   اطعمه للمبرود دون وجل
202. مسخن لكبد ومعده   يدفع كل فضلة مبردة
203. كالفالج الصعب ومشويا يرى   يبرى الصدور من سعال قد عرا
204. أصلحه بالسكنجبير المنتخب   لمن على مزاجه الحر غلب
205. **القول فى مزاج لحم الحوت ،   وما يرى فى طبعه المنعوت**

LEXIQUE

V. 191 **النومرشت** : Indeterminé; genre d'oiseau.

V. 192 **حمامة ـ حمام** : Pigeon.

الألم : La douleur.

V. 193 **رعشة** : Maladie de Parkinson (= paralysie agitante).

الفج : Hémiplégie.

لقوة : Paralysie faciale.

V. 194 **الحصرم** : Le vergus

V. 195 **اليمام** : Le ramier (pigeon sauvage); également la tourterelle.

النضارة : La beauté.

176. et celle cuite à l'«étouffée» dans le couscoussier, dont la lourdeur provoque des maux de têtes.

177. surtout chez le vieux, et qui est nommée «a sh-shawâ' harzûz».

178. A propos des volailles.

179. Le poulet est la meilleure des volailles; il régularise le chaud et le sec;

180. on distingue la poule domestique et la pintade qui est originaire d'un désert aride,

181. et toutes sont propres à la consommation.

182. Les coqs ont encore plus d'aventages; ils améliorent la capacité intellectuelle,

183. ils donnent des couleurs et offrent les meilleures chances de santé,

184. en procurant du bon sang ils conviennent à tous les types de «caractère» et font un bien énorme,

185. ils mettent fin à la maigreur et à la faiblesse des nerfs, chez les vieux, les jeunes et les enfants.

186. Leurs oeufs ont une valeur (alimentaire) comparable à celle de la viande fraîche.

187. Le jaune d'oeuf a une tendance chaude, il donne de la force et amène de la chaleur;

188. additionné de cannelle pilée, d'eau de rose et de sucre, et en faisant chauffer le tout sans atteindre la coagulation,

189. il élimine les évanouissements des sujets faibles et revivifie les «âmes».

190. Quant au blanc d'oeuf, il est d'un tempérament froid; bouilli, n'en manges jamais.

V. 182 فروج : Coq.

V. 183 خضب : Teindre en rouge.. Ici, donner des couleurs au visage.

V. 183 النحافة : La maigreur.

ضعف العصب : Faiblesse des nerfs.

V. 186 بيضة ـ البيض : Oeuf.

V. 187 المح : Le jaune d'oeuf.

V. 188 ماء ورد : Eau de rose (produit de la distillation des pétales de roses).

عقد : Coagulation.

V. 189 غشية : Evanouissement, défaillance.

الروح : Litteralement, signifie «l'âme»; ici, signifie plutôt «force» sexuelle.

V. 190 بياض : Le blanc (d'oeuf).

مسلوق : Bouilli (ex : pour un oeuf).

176. ومنه ما يغم فى الكسكاس   وثقله يحدث داء الرأس
177. لا سيما للشيخ والعجوز   وهو الذى يدعى شوى حرزوز
178. القول فى الماكول من طيور   من سيىء اللحم ومن مشكور
179. ان الدجاج خير طير يؤكل   للحر واليبس تراه يعدل
180. ومنه أهلى ، ومنه حبشى   مسكنه القفر بغاب موحش
181. وكله اوفق للابدان   من كل ماكول من اللحمان
182. وللفراريج مزيد فضل   محدثة زيادة فى العقل
183. تحسن الألوان بالتخصيب   تعطى الجسوم أوفر النصيب
184. من جيد الدم لكل طبع   تصلح ، بل تولى عظيم النفع
185. تنفى النحافة وضعف العصب   لكل كهل وشاب وصبى
186. والبيض منه يشبه اللحم الطرى   كما اتى فى نفعه المسطر
187. والمح مائل الى الحرارة   يعطى مع التقوية الحرارة
188. مع قرفة دقت وماء ورد   وسكر سخنه دون عقد
189. هذا يزيل غشية الضعاف   وينعش الروح بلا خلاف
190. أما بياضه فيرده بدا   لا تقرب المسلوق منه أبدا

LEXIQUE

V. 176 الكسكاس : Le couscoussier, ustensil qui sert à cuire à la vapeur, notamment le couscous.

داء الرأس : Le mal de tête, les céphalées.

V. 177 الشوى حرزوز : «As-Shawâ Harzûz», Viande cuite à la vapeur.

V. 178 طير ـ طيور : Volaille, oiseau.

دجاجة ـ دجاج : Poulet.

V. 180 أهلى : Domestique (adj).

دجاج حبشى : «Poules d'Abyssinie», pintades.

TRADUCTION

161. N'approchez pas la chaire de brebis, qu'elles soient maigres ou grosses;

162. cependant, certaines personnes échappent à cette règle.

163. Si quelqu'un se plaint après en avoir mangé, fait lui boire immédiatement du sirop de mastic.

164. Le chevreau, à l'exemple du mouton, est propre à la consommation, surtout au printemps;

165. il éteint le «feu» de la bile jaune, mais ne convient pas aux atrabilieux.

166. N'approches jamais la viande de vache, qu'elle soit séchée ou fraîche,

167. (car) elle provoque la folie et la lèpre, elle est résponsable de la production d'atrabile et de tumeurs;

168. les veaux font exception, en effet, leur chaire est comparable à celle de l'agneau de l'an.

169. N'approches pas la viande frite si tu tiens à la santé,

170. sauf en cas d'hydropisie, où sa préscription est un remède.

171. la meilleure manière de cuire la viande est de la griller sur un four au charbon de bois, sans fumée et à l'aide d'une broche;

172. cela donne toutes les chances à la santé; il s'agit de la spécialité nommé «kabâb»;

173. à part elle, il ya la viande cuite dans le four à pain, celle-ci affaiblit.

174. à moins qu'il ne s'agisse d'une viande très grasse auquel cas tu peux en profiter sans abus;

175. comme autres préparations, il ya celle à l'étouffée dans un four, qui par sa lourdeur, nuit à la santé.

ورم ـ اورام : Tumeur, enflure, inflammation d'une manière générale.

V. 168 عجل ـ عجول : Veau.

V. 169 القلو :Ce qui est frit, les fritures.

V. 170 الجمر : Petit four au charbon de bois.

V. 172 كباب : «Kabâb» brochette de viande.; ingrédients = oignons, poivre , persil, sel.

161. لا تقربن لحم اناث الضان — وانه عن العجاف والسمان
162. وربما يسلم بعض الناس — منه على خلف من القياس
163. ومن ترى من أكلها قد اشتكى — اسقه فى الوقت شراب المصطكى
164. والجدى دون الضان فى الصلاح — وفى الربيع بين النجاح
165. يطفىء نار المرة الصفراء — ولا يليق بذوى السوداء
166. لا تقربن يوما لحوم البقر — لا سيما يابسها حتى الطرى
167. تولد الوسواس والجذاما — والمرة السوداء والأوراما
168. الا عجولها فكالضأن الطرى — ما لم تجاوز سنة فى العمر
169. لا تقرب المقلو من لحمان — ان كنت تبغى صحة الجثمان
170. الا اذا رأيت الاستسقاء — فامر به المريض تنفى الداء
171. خير الشواء ما على الجمر شوى — بلا دخان فى قضيب ملتوى
172. يفتح للصحة كل باب — وهو الذى يعرف بالكباب
173. ودونه الذى مع الخبز اشتوى — فى فرنه ، فذاك يسقط القوى
174. الا اذا كان سمينا جدا — فاحفل به ولا تجاوز حدا
175. ودونه ما غم فى الأفران — بثقله يؤذى قوى الأبدان

LEXIQUE

V. 161 اناث الضان : Les brebis.

V. 163 شراب : Sirop de ..

المصطكى : Mastic; c'est la gomme (résine) du lentisque le Pistacia Lentiscus, arore d'Orient et des Iles grecques.

V. 164 الجدى : Le chevreau (petit de la chèvre).

V. 165 المر الصفراء : La bile jaune (une des 4 humeurs) V. principes M.A.

V. 166 بقرة – بقر : Vache.

V. 167 الوسواس : La folie, suite à l'obsession du démon.

الجذاما : La lèpre tuberculeuse mutilante.

146. il ne fait ni de bien ni de mal, d'après sa réputation chez les spécialistes;

147. en effet, il a été cuit à deux reprises, ce qui a diminué jusqu'à faire disparaître sa «force».

148. La meilleure «harirah» est celle qui répond à certaines conditions :

149. elle est préparée au levain véritable et additionnée de menthe en abondance;

150. ceci facilite sa disgestion, et ouvre l'appétit,

151. surtout si elle est accompagnée de figues et de raisins secs de la variété rouge et chère.

152. Le «al barqtâtish redonne des forces; il s ecompose de ferment et d'azyme,

153. c'est donc un mélange de lourd et de doux, ce qui en fait un met léger.

154. Evites de manger de la «dashîshah» car elle est responsable de maladies gênantes;

155. cependant, si elle est à base d'orge, elle déconstipe.

156. A propos des viandes de boucherie.

La meilleure est celle de l'agneau de l'an.

157. sa chaire guèrit le mal et convient au chyme, et améliore le corps et l'esprit;

158. si tu en extrais le jus, par la cuisson à l'étouffée ou par distillaton dans l'alambic.

159. cette boisson, d'après les connaisseurs, redonne aux vieux la vigueur de la jeunesse;

160. bois la chaude, dès sa distillation, pour éviter sa putréfaction et sa dénaturation.

V. 152 البرقطاطش : Genre de soupe, indéterminée; d'après G.S. Colin, ce mot dérive du latin percoctates.

V. 153 الغليظة : «Le grossier», «le gros», (tempérament) V. principes M.A.

V. 154 الدشيشة : «Ad Dashîshah», genre de semoule; ingrédients = semoule de blé, oignons, fèves, condiments (Safran, coriandre).

السقم : La maladie.

التحجير : Ici, la constipation.

V. 156 اللحمان : Les viandes de boucherie.

الحولى : Le mouton, ici il s'agit de l'agneau.

الكيموس : Le chyme.

الانبيق : L'alambic.

التقطير : La distillation (se fait au moyen de l'alambic).

TRANSCRIPTION

146. لا نفع فى غذائه ولا ضرر — حسبما عند الايمة اشتهر
147. تكرر الطبخ عليه فوهت — قوته حتى اضمحلت وانتهت
148. خير الحريرة التى قد وقفت — على شرائط لها قد عرفت
149. أفضلها من خالص الخمير — مفوها بنعنع يسير
150. تجود الهضم لكل اكل — وتبعت الشهوة للمآكل
151. لا سيما ان شربت بالتين — أو الزبيب الأحمر الثمين
152. والبرقطاطش مركب آلقوى — من الفطير والخمير لا سوى
153. فامتزج الغليظ واللطيف — من أجل ذا غذاؤه خفيف
154. لا تحمدن شربه الدشيشة — تفضى لأسقام وسوء عيشه
155. وهى اذا كانت من الشعير — تسرح البطن من التحجير
156. **القول فى اغذية اللحمان — أفضلها الحولى من الحملان**
157. يبرىء الأذى ويصلح الكيموسا — ويصلح الجسوم والنفوسا
158. وان أخذت الماء بالتعريق — من لحمه او صنعة الانبيق
159. فشربه عند ذوى الألباب — يعطى الشيوخ قوة الشباب
160. اشربه سخنا ساعة التقطير — مخافة التعفين والتغيير

LEXIQUE

V. 148 الحريرة : «Al Harîrâh» Soupe traditionnelle marocaine.; ingrédients = farine blanche. levure, lentilles, pois chiches, ... tomates, oignons, condiments (huile, coriandre, persil, poivre, sel, safran gingembre).

V. 149 النعنع : La menthe, Mentha viridis L. (utilisée dans le thé à la menthe).

V. 150 الشهوة l'appétit.

V. 151 التين : Les figues.

الزبيب : Les raisins secs.

131. corriges le avec du poivre et du vinaigre avant d'en manger.

132. Les patates douces aux cendres, («bintu ar-ramâd» ou «fille des cendres») pour le faible et le las, n'ont pas leur pareil;

133. la lassitude est vaincue par leur chaire safranée et leur suc rouge redonne la vigueur,

134. car elles sont cuites à chaleur modérée, comparable à celle du soleil;

235. cependant, en trop grande quantité, elles alourdissent les estomacs de certains;

136. corriges les donc avec du vinaigre et des citrons «al-lîm», et ne négliges pas ce qui est recommandé par un savant (un médecin).

137. et s'il t'est déjà arrivé de manger des aubergines sans avoir eu de mal, n'en reprends pas une deuxième fois !

138. Quant au plat nommé «za'lùk», n'en manges jamais;

139. les conséquences en sont néfastes car il est pareil au venin de vipères.

140. A propos des potages et bouillons.

141. le bouillon au levain (en morceaux) est bon, c'est un aliment léger qui n'a pas de prix,

142. surtout assaisoné de coriandre en petite quantité et qui n'est en faite, pas indispensable,

143. ajoutes'y de la viande en morceaux, avant la cuisson, et laisse la devenir tendre comme de la moelle,

144. ou bien ajoutes'y des pigeonneaux en morceaux, ceux-ci étant meilleurs pour l'organisme.

145. Je ne vois pas d'aventage à manger du «barîd» et il est loin d'en avoir aucun;

V. 138 الزعلوك : «Za 'lùk», plat à base d'aubergines; ingrédients = aubergines, huile, aïl, coriandre, cumin, piment de Cayenne.

V. 139 السم : Le poison, le venin.

افعى - افاع : Vipère.

V. 140 حسو - الحساء : Potage, bouillon.

V. 142 الكزبر : Le coriandre = Coriandrum sativum L., On utilise les feuilles fraîches et les graines comme condiment.

V. 145 البريد : «Al Barîd», genre de soupe à base de pain rassis et d'anis; probablement du mot anglais «Bread», qui signifie «pain».

131. اصلاحه بفلفل وخل   اضفهما له قبيل الأكل
132. بنت الرماد للضعيف النافه   ليس لها يا صاح من مشابه
133. ينفى الهزال لحمها المزعفر   يسدى القوى مرقها المعصفر
134. لأنها مطبوخة فى دمس   معتدل كمثل حر الشمس
135. لكنها بمقتضى القياس   تثقل فى بطضون بعض الناس
136. اصلح اذا بالخل أو بالليم   ولا تضع أمر أمرىء عليم
137. وان أكلت مرة برانية   ولم تضر لا تعد للثانية
138. أما الذى يعرف بالزعلوك   فاجعل غذاءه من المتروك
139. عقباه لا تؤول بانتفاع   اذ هو كالسم من الافاع
140. القول فى المشروب من حسناء   نذكره فى معرض الغذاء
141. وحسو قطاع الخميرة حسن   غذاؤه الخفيف ما له ثمن
142. لا سيما مع يسير الكزبر   فهو اذا من الضرورة برى
143. قطع له اللحم قبيل الطبخ   حتى يصير اللحم مثل المخ
144. أو الفراريج كذا تقطع   فان ذات للحسوم أنفع
145. ولا أرى منفعة من البريد   اذ بينها وبينه بعد البريد

LEXIQUE

V. 131 الفلفل : Le poivre (épice); Graine ou fruit du poivrier, Piper nigrum L.; pousse dans les régions tropicales.

V. 132 بنت الرماد : «Bintu Ar-Rumâd», Signifie littéralement : «fille des incrédients;» cendres; patates douces cuites sous les cendres.

V. 133 المزعفر : Safrané (teint en jaune).

المعصفر : Teint en rouge.

V. 134 دمس : Cuire à chaleur douce, sous terre ou dans un creux.

V. 137 البرانية : Les aubergines.

116. Ne vous complaisez pas à manger de la «'as,îdah» car elle est lourde et forte;

117. si elle est préparée à la semoule véritable, aie confiance en son goût agréable,

118. mais si elle est préparée à la farine, elle est à condammer, d'après les connaisseurs;

119. cependant, elle aide à prendre du poids, d'après ce qu'en a dit un grand médecin.

120. N'approche pas le « bulbùl » de crainte de malheur, surtout s'il est préparé avec des têtes (d'animaux);

121. et si il est à base d'orge, cette nourriture azyme ne présente aucun aventage.

122. Les fèves salées contiennent un mélange de vapeurs, leur danger est grand et connu;

123. elles ne peuvent être corrigées au citron, au vinaigre, à l'huile, et au cumin;

124. enfin, elles abêtissent, et la «bisâr» présente les mêmes inconvénients.

125. Evites de manger «al mudarbal» et fais attention à toutes ses nuisances à venir,

126. il provoque dans l'organisme, un mal énorme, comme la transformation (par combustion) du sang en bile noire;

127. si tu ne trouves pas de quoi le remplacer, ajoutes'y alors beaucoup de gras,

128. et associes le au vinaigre pendant le repas, en évitant le vinaigre fort.

129. Quant au nommé «shawâ'al qadr», il provoque un mal très dangereux.

130. le médecin a dit qu'il est respondsable de putréfaction, d'obstruction du foie, et de mollesse,

viande de mouton, aubergines, «khalî» (V. 26), oignons, condiments (gingembre, cannelle, safran, poivre, persil, coriandre).

V. 127 الادام : La graisse, le gras.

V. 129 شواء القدر : «Shawa'al qadr», plat de viande. Signifie littéralement : rôti à la marmité.

V. 130 العفونة : La putréfaction.

V. 131 اللدونة : La mollesse (tempérament), V. principes de la M.A.

116. لا تحمدن أكلة العصيدة — فهى ترى غليظة شديدة
117. ان صعنعت من خالص السميد — فعد على مطعمها اللذيذ
118. وهى اذا كانت من الدقيق — مذمومة عند ذوى التحقيق
119. لكمنها عون على التسمين — كما أتى عن ماهر أمين
120. لا تقرب البلبول خوف البؤس — لا سيما المطبوخ بالرؤوس
121. وهى اذا كانت من الشعير — لا خير فى غذائه الفطير
122. ومالح الفول خليط الأبخرة — آفاته عظيمة مسطرة
123. لا يقبل الاصلاح بالليمون — والخل والزيت مع الكمون
124. يولد البلادة القوية — ومثله البصار بالسوية
125. ولا تواظب أكله المدربل — واحذر جميع ضره المستقبل
126. يحدث فى الجسم عظيم الداء — مثل احتراق الدم من سوداء
127. ان لم تجد يا صاح عنه بدا — فكثر الادأم فيه جدا
128. واجعل عليه الخل عند الأكل — ولا تعد عن ثقيف الخل
129. أما الذى يدعى شواء القدر — فمحدث ضرا شديد الخطر
130. قال الحكيم يورث العفونة — ويسدد الكبد واللدونة

LEXIQUE

V. 116 العصيدة : «Al 'A,sîdah», genre de semoule préparée à l'eau et au lait.

V. 118 الدقيق : La farine.

V. 120 البلبل : «Al Bulbul» semoule, d'orge en général.

V. 123 الليمون : Le citron.

الخل : Le vinaigre.

الزيت : L'huile.

V. 124 البصار : «Al bi,sâr», plat à base de fèves.

V. 125 المدربل :«Al Mudarbal», plat de viande; ingrédients ⇾

101. Deconseilles les gâteaux aux pituiteux, et ne te laisses pas leurrer par le bon goût,

102. à moins qu'ils ne soient faits sans sucre, dans ce cas, profites en sans abus.

103. Le pain préserve la santé, il fait grossir et régénère le sang;

104. le meilleur est celui préparé au levain, et le pire est representé par le brolé et l'azyme;

105. choisis de préférence le pain pétri au point où sa pâte est devenue comme de la colle,

106. au froment pur, il offre alors les meilleurs chances de santé;

107. quant au pain d'orge, il abaisse la température du sujet fiévreux;

108. et un autre pain que celui au blé ou à l'orge, n'apporte que maladies,

109. évitez le et méfiez vous de ses méfaits, à moins que vous n'y soyez contraints.

110. quant au «bashmàt» (biscuit de mer), ses composants sont secs,

111. il assèche le corps, produit de la bile noire et donne des coliques;

112. cependant c'est un remède contre le mal du à la pituite et contre l'hydropisie en cas de douleur.

113. quant au nommé «Barkùkash», méfies toi-s'en constamm ent,

114. le médecin a mis en garde contre sa nuisance, même s'il est au beurre et au lait.

115. Il en est de même pour ce qu'on nomme la «Muhammasah», que tu dois éviter à tout prix.

TRANSCRIPTION

101. وخص بالحلواء اهل البلغم   ولا يغرنك طيب المطعم
102. الا اذا ما صنعت من سكر   فاحفل بها ولا تكن بالمترى
103. الخبز حافظ لصحة البدن   مسمن مولد دما حسن
104. افضله ما عمه الخمير   وشره المحروق والفطير
105. فاختر من الخبز كثير العرك   حتى يرى عجينه كالعلك
106. من خالص الحنطة جيد العمل   يسرى من الصحة غاية الأمل
107. أما الذى يصنع من شعير   فيطفى اللهيب من محرور
108. وخبز غير القمح والشعير   جم السقام عادم التدبير
109. لا تقربنه واحذرن شروره   الا اذا دعت له الضرورة
110. أما الذى يعرف بالبشماط   فمبتل بيابس الاخلاط
111. يجفف الجسم ويولى السودا   ويحدث القولنج منه أبدا
112. لكنه يقطع داء البلغم   وداء الاستسقاء عند الألم
113. أما الذى يعرف بالبركوكس   فمنه كن على الدوام تختش
114. من شره قد حذر الطبيب   وان علاه الزبد والحليب
115. كذا الذى ندعوه بالمحمصة   لا تقربن ولو دعتك المخمصة

LEXIQUE

V. 103 الخبز : Le pain; il s'agit du pain de blé (pain complet).

الدم : Le sang.

V. 106 الحنطة : La farine de blé (froment).

V. 107 اللهيب : Ici, la fièvre élevée.

المحرور : Le sujet fièvreux.

V. 110 البشماط : «Al Bashmât», biscuit de mer.

V. 111 السوداء : La bile noire (une des 4 humeurs) V. principes de M.A.

القوالنج : Les coliques.

V. 112 داء الاستسقاء : L'hydropysie — maladie qui se caractérise par des ascites, et des oedèmes d'une manière générale.

V. 113 بركوكش : «Barkùkash» genre de couscous à gros grains,

V. 115 المحمصة : «Al Muhammasah» Semoule à gros grains de couscous.

86. leur tempérament est chaud et humide et leurs méfaits sont bien connus,

87. elles obstruent le foie et la rate, ce qui nuit à celui qui en mange;

88. Cependant elles permettent de prendre du poids quand elles sont accompagnées de bon poulet gras;

89. de même pour le «tarîd», composé d'une pâte amincie et qui est à rapprocher des précédents.

90. Et les beignets, comme les «zallâbiah», sont à éviter par celui qui veut la santé,

91. corrige les, s'il est impossible de s'en passer,

92. pour le pituiteux, avec du miel de la ruche, et pour son (tempérament) opposé avec du sucre et du beurre.

93. Et si un jour tu es convié à manger et qu'il ya une grande variété de mets,

94. commence par le «Tajin» de poulet, il représente un remède pour le corps,

95. passes ensuite au «Tajin» de viande aux citrons et aux olives, agréable à manger,

96. réserves la «Murùziah» aux pituiteux, car c'est pour eux un remède contre la douleur;

97. Pour ce qui est du «Ka'k», prends en si tu ne peux t'en abstenir, mais sans abus;

98. de même, tempères toi avec les «Maqrùt» et les «Raghfân», c'est l'avis des spécialistes;

99. en effet, s'adonner aux pâtes frites à l'huile, est une mauvaise habitude alimentaire,

100. surtout s'il s'agit de pâte sans levain comme dans les «Fatır».

V. 95 اللّيم : «Á l-lim», variété de citron de petite taille qui sert, confite, dans la cuisine, sous le nom de «Al-limùn lam-sayyar».

V. 96 المروزية : «Al murùziyyà»; plat de viande dont les ingrédients sont viande de mouton avec l'os, miel, amandes, raisins secs, oignons, huile d'olive, beurre, condiments (sel — safran — «tête de la boutique» ou «ras al hanùt» qui est un mélange d'une 20ène d'épices)

V. 97 الكعك : «Al ka' k»; gâteau en forme d'anneau, fait d'une pâte sèche fourrée d'une pâte d'amandes, sucrée et parfumée (cannelle, ...)

V. 98 المقروط : «Al maqrùt, gâteau en forme de losange, fourré de pâte d'amandes ou de dattes, frit dans l'huile, enrobé dans le miel.

الرغفان : «Á r-raghfân» galette de pâte à pain frite dans l'huile.

V. 100 الفطير «Al fatîr», genre de galette constituée de pâte à pain sans levain frite dans l'huile.

86. مزاجه الحر مع الرطوبة　　افاته مسطورة مكتوبة
87. يسدد الكبد والطحال　　لا يحمد الأكل منه حالا
88. لكنه عون على التسمين　　مع الدجاج الطيب السمين
89. كذا الثريد من عجين رققا　　وحكمه كحكم ما قد سبقا
90. والحقوا الاسفنج بالزلابية　　فليجتنبه من يروم العافية
91. اصلحه ان دعت اليه الداعية　　ولم تجد بدا لدفع الشهية
92. البلغمي ، بعسل من شهد　　وعكسه بسكر وزبد
93. وان تكن يوما على خوان　　تلفى عليه كثرة الألوان
94. فقد من مطجن الدجاج　　للجسم فيه غاية العلاج
95. وبعده اللحم المطجن الذى　　باالليم والزيتون يرضى المغتدى
96. دع المروزيا لأهل البلغم　　فانها شفاؤهم من السم
97. والكَعك خذ منه اذا لم تصبر　　شيئا قليلا لا تمل للاكثر
98. واعدل من المقروط والرغفان　　كما اقتضى رأى ذوى العرفان
99. فالمغتدى المقلو بالزيت اذا　　كان من العجين شر مغتدى
100. لا سيما الخالى من الخمير　　مثل المرقق من الفطير

LEXIQUE

V. 87 يسدد – سدد : Obstruer, engorger.

V. 89 الثريد : «A th-tharîd»; genre de galette constituée de pâte à pain, frite dans l'huile.

V. 90 الزلابية : «A z-zallâbiyyah»; genre de gâteau, formé de tubes minces enchevêtrés, frit dans l'huile et trempé brûlant dans le miel (connu aussi sous le nom de «A sh-shabâkiyyah»

الاسفنج : Les beignets.

V. 92 البلغمى : Le pituiteux (relatif au «caractère»), v. principes de la M.A.

70. le meilleur est celui qui est fabriqué au Levain, et d'autant meilleur s'il est fermenté à deux reprises ;

71. il est composé d'une bonne semoule, de bon et délicieux poulet

72. ou de viande tendre de mouton qui est d'une grande valeur médicinale.

73. et de bon safran véritable; ses légumes sont précieux, il s'agit des coings.

74. des cardons, des navets «baladî», puisses-tu toujours rester le préféré,

75. de bons pois chiches, de la courge «As Salàwî choisie parmi une variété qui sert de remède;

76. évite celui qui est préparé au «qaddîd» ou au «khalî'» sec et dur,

77. ce dernier étant à recommander aux travailleurs de force et aux agriculteurs,

78. quant à celui qui est cuit au lait, il apporte de l'humidité,

79. et convient donc à tout le monde sans aucun risque;

80. il existe également une préparation appelée «as-Saffah», au sucre, à la cannelle (en poudre),

81. au beurre et au lait, c'est le meilleur des mets et son tempérament est exellent;

82. mieux il (le couscous) est séché après sa mise en grain, meilleur il est;

83. plus ses grains sont fins, et plus il est digeste, d'après les connaisseurs,

84. et plus ses grains sont gros, plus sa digestion est lente et ses méfaits nombreux.

85. Les vermicelles sont délicieuses mais de digestion difficile,

اللفت البلدى : Les navets «du pays», variété locale, c'est l'éspèce cultivée.

V. 75 السلاوى : Variété de courge de forme allongée, de couleur vert-claire, il s'agirait, de la Cucurbita lagenaria ou «courge ûbouteille» (H.P.J. Renaud) = «As Salàwi».

V. 76 القديد : Viande assaisonée et séchée = «Al qaddid»

الخليع : Viande assaisonée, séchée et cuite puis conservée dans la graisse. Ingrédients : Graisse animale, huile d'olive, Coriandre en grains, aîl, sel. = «Al Khalî'».

V. 80 السفة : «As-Saffah», Une des préparations du couscous.

القرفة : La cannelle. Il existe deux variétés principales = l'écorce du Cinnamonum aromaticum Nees (Cannelle de Chine) et l'écorce du Cinnamonum zeylanicum Br. (Cannelle du Ceylan).

V. 85 الفداوش : Les vermicelles (à base de farine de blé).

70. افضلـه المفتـول بالخميـر — لا سـيما مكـرر التخميـر
71. قوامـه من خالص السـميد — من الدجـاج الطيـب اللـذيذ
72. او اللحـوم من فتى الضـان — فـذاك فى الطب رفيـع الشـان
73. بالزعفـران الأطيـب المبجـل — خضـرته تحمـد كالسـفرجل
74. أو خرشـف أو بلـدى اللفـت — لا زلت مفضـالا فـريد الوقـت
75. أو جيـد الحمض أو السـلاوى — من فـرح يصلـح للتـداوى
76. واحـذر من المطبـوخ بالقـديد — أو الخليـع اليابس الشـديد
77. هـذا لأهـل الكـد والفلاحـة — حبيـه ، بل بين لهـم فلاحـه
78. الا اذا طبـخ بالحليـب — فـذاك معـوان على الترطيب
79. اذا يليـق بجميـع النـاس — وما علـى آكلـه من بـاس
80. ومنـه مـا نعرفـه بالسـفه — بسـكر مع سـحيق القـرفة
81. بالزبـد والحليـب خير ماكـل — وحكمها فى الطبـع حكـم الأول
82. وكـل مآ شـمس بعـد فتلـه — حتى يجف جيـد فى آكلـه
83. وكـل ما قـد رققـت جواهـره — كان سريع الهضم ، قال شـاكره
84. وكـل مـا قـد غلظـت حبوبه — بطىء هضـم قد كـثرت خطوبه
85. **ان الفـداوش لذيـذ الطعـم لكنـه صـعب عسـير الهضـم**

LEXIQUE

V. 70 **الخميرة** : Le levain.

V. 71 **السميد** : La semoule.

V. 73 **الزعفران** : Le safran - il en existe deux variétés : Le safran vrai = Cocus sativum L., provenant du Sud marocain et d'Insulinde (condiment»; et le safran «bâtard» ou Carthame = Carthamus tinctorius L. (condiment et colorant).

السفرجل : Les coings.

V. 74 **الخرشف** : Ce vocable s'applique au Maroc au cardon de l'éspèce Cynara cardunculus L., cultivé pour ses feuilles ou «côtes».

55. Associés à un peu de noix, ils permettent une prise de poids rapide,

56. prends-en, pour éviter tout mal, entre deux repas, et ton but sera atteint.

57. Le millet, le maïs, ainsi que les lentilles, sont froids et secs,

58. ils provoquent, chez le sujet d'âge mûr et chez le bilieux, un mal rebel au traitement;

59. corrige les avec de la viande grasse de mouton et toutes les bonnes graisses.

60. Les haricots sont chauds et humides et donnent beaucoup de gaz,

61. ils sont efficaces contre les maux de reins, les dorsalgies, et c'est le secret pour qui veut grossir.

62. *A propos des aliments composés et de leurs actions, d'après expérience.*

63. Leurs recettes varient selon les plantes et les nécéssités;

64. nous citerons les (aliments) azymes et les fermentés, ce que les gens négligent et ce qu'ils savent,

65. nous noterons le lourd et le léger, le grossier et le subtile,

66. et ce qui est d'un bienfait pour le corps, sans sortir des préparations du pays (locales).

67. Le plus apprécié, dans notre pays, par les gourmets, est le couscous;

68. de tempérament doux et chaud, ses composants sont bons et bien choisis;

69. il fait partie des aliments azymes, si tu ne prends pas le soin de lui ajouter du levain;

TRANSCRIPTION

55. آخذه مع يسير الجوز — يفوز بالتسمين أى فوز
56. فاستعلمنه خشية من ضرر — بين طعامين تفز بالوطر
57. والذخن والدرة ثم العدس — جميعها مبرد ميبس
58. تضر بالكهل وبالسوداوى — مضرة تجلى الى التداوى
59. اصلاحها سمين لحم الضأن — وكل طيب من الأدهان
60. واللوبية للحر والرطوبة — وكثرة الريح لها منسوبه
61. ينفع من داء الكلا والظهر — وفيه للتسمين أى سر
62. **القول فى الأطعمة المركبة — وما لها من خصلة مجربة**
63. تركيبها مختلف الأنواع — بحسب الأغراض والدواعى
64. نذكر من فطيرها والمختمر — ما يهمل الانسان أو ما يعتبر
65. ونشرح الثقيل والخفيفا — ونورد الغليظ واللطيفا
66. وما له فى الجسم أى مدد — ولم نخرج من اصطلاح البلد
67. أكثر ما فى غربنا يلتمس — لمشتهى القوت العجيب الكسكس
68. مزاجه اللين مع الحرارة — أخلاطه جيدة مختارة
69. وهو من الأغذية الفطيرة — هذا اذا لم تعتمد تخميره

LEXIQUE

V. 55 الجوز : Les noix oléagineux, fruit du noyer.
V. 56 الدخن،الذرة : Le millet (céréale).
العدس : Le maïs (céréale).
السوداوى : Les lentilles (légumineuse).
V. 57 : L'atrabilieux; (un dés quatres caractères), V. principes de la M.A.).
V. 58 الضأن : Le mouton.
الادهان : Graisses, lipides.
V. 59 اللوبية : Les haricots (Légumieuse).
V. 60 الكلا : Les reins.
الظهر : Le dos.
V. 62 الكسكس : Le Couscous-plat national au Maroc; dont les ingrédients sont Semoule de blé, viande, Légumes de saison, poischiches, fèves, raisins secs, condiments (persil — coriandre — piment de Cayenne — aîl — huile d'olive).
V. 63 اخلاط : Humeurs, ici signifie les composants.

40. vient ensuite celle à la graine épaisse, blonde et ferme donnant une bonne farine et une bonne pâte;

41. Enfin, il ya celle à la graine petite et rouge et la «montagnarde» (al jabalî), à la graine courte et brillante;

42. Quant à celui (le blé) qui a pourri au fond de la fosse à grains, il contient des vapeurs mauvaises,

43. il fait partie des poisons, et il est connu sous le nom de «al hammùmi».

44. L'orge est froid et sec, il donne des gaz,

45. provoque un météorisme important, et sa valeur nutritive est inférieure à celle du précédent;

46. son correctif est le cumin et les viandes grasses, accepte ce qu'en ont dit les sages (médecins).

47. Le riz est chaud et subtile, prends-en, sans crainte, à toute époque,

48. il fait grossir (croître), fortifie les viscères et donne des couleurs;

49. on le prépare au sucre et au lait pour la prise de poids et la croissance.

50. Les fèves sont froides et sèches, et les maladies qu'elles provoquent sont bien connues;

51. les fèves vertes, elles, sont humides, et toutes (les fèves) sont cause de maladies sévères;

52. elles donnent des gaz, abêtissent et les corps en acquièrent de «mauvaises habitudes»;

53. corrige les avec de la bonne huile (brillante) et un drachme de thym.

54. Les pois chiches sont chauds et secs, ils lèvent l'obstruction, sont aphrodisiaques et améliorent la voix;

V. 48 الأحشاء : Viscères, intestins.

V. 50 الفول : Les fèves (légumineuse).

V. 51 الرطوبة : L'humidité; (tempérament), V. principes de la M.A.

V. 53 درهم : Un drachme ; unité de poids empruntée à la Grèce ancienne.

V. 54 الحمص : Les pois chiches.

يهيج الباه : Aphrodisiaque.

مفتح – فتح : Desobstruer, décongestionner.

V. 59 الزعتر : Le thym; au Maroc, surtout Thymus brousonetii Bois., Thymus Bleicherianus Pom., Origanum compactum Benth..

40. ثم الغليظ الأشهب الرزين   دقيقه يحمد والعجين
41. ودون هذا الأحمر الصغير   والجبلى الململع القصير
42. أما المعفن بقاع المطمرة   فذاك فى الطبع خبيث الأبخرة
43. غذاؤه من جملة السموم   وهو الذى يعرف بالتحموم
44. وفى الشعير البرد واليبوسة   فيه رياح جمة محسوسة
45. يصحبه نفخ عظيم الصولة   غذاؤه أقل مما قبله
46. مصلحه الكمون واللحم السمين   خذ ما رواه الحكماء عن أمين
47. وفى الأرز الحر واللطافة   خذه مدى الأزمان لا مخافة
48. غذاؤه يخصب الأبدانا   ويصلح الأحشاء والألوانا
49. يطبخ بالسكر والحليب   لجودة التسمين والتخصيب
50. والفول فيه البرد واليبوسة   أمراضه مشهورة محسوسة
51. لاكنما الأخضر للرطوبة   والكل ضر بين الصعوبة
52. يولد الرياح والبلادة   ويورث الأجسام سوء عادة
53. اصلحه بالزيت العجيب النير   واجعل عليه درهما من زعتر
54. والحمص حر يابس مفتح   يهيج الباه لصوت مصلح

LEXIQUE

V. 42 الأبخرة : Les vapeurs.

V. 44 الشعير : L'orge (céréale).

الرياح : Les gaz (sens médical : Gaz intestinaux).

البرد : Le froid ;. (tempérament), V. principes de la M.A.

اليبوسة : Le sec; (tempérament), V. principes de la M.A.

V. 46 الكمون : Le cumin, Cuminum cyminum L. (épice).

V. 47 الأرز : Le riz (céréale).

اللطافة : La subitlité, la douceur; (tempérament), V. principes de la Médecine Arabe.

TRADUCTION

25. Le tempérament des graines et des aliments composés, en notant le bon et le nuisible,

26. Ainsi que celui de tous les aliments adoptés au Maroc par les arabes sédentaires :

27. les légumes et la plus part de ce qui se cueille.

28. les plantes sauvages et cultivées et la plus part des viandes,

29. les fruits en général, en précisant les bons et les mauvais,

30. les épices qui conviennent à la viande et tout ce qui est comestible.

31. Nous dirons au sujet des eaux certaines choses que beaucoup ignorent.

32. Nous poursuivrons par la présentation de remèdes précieux guérissant de maladies viles.

33. Nous parlerons de même de l'habillement et des habitations.

34. Nous nous exprimerons simplement comme le demande la question,

35. Et je prie Le Généreux (Dieu) pour la réussite car c'est à Lui que l'on demande.

36. *A propos des graines et de leur tempérament :*

37. Le blé est de tempérament chaud et doux; c'est la meilleure des graines;

38. il adoucit le «caractère», favorise l'activité sexuelle et la «force» qu'il recèle est toute bienfaitrice;

39. la meilleure variété est la «az-zâhi», à la graine brillante dorée et fine;

25. طبع الحبوب ومركب الغذا   وما له نفع وما له أذى
26. وكل قوت فى اصطلاح المغرب   لدى الحواضر وعند العرب
27. وخضر وغالب المقتات   من كل ما يجنى من المقتات
28. وبقلها البرى والبستانى   وغالب المأكول من لحمان
29. ومن فواكه على العموم   من طيب يرضى ومن مذموم
30. وما يخص اللحم من توابل   وما يجيد طعمه للاكل
31. وربما نذكر من مياه   أمرا كثير الناس عنه ساه
32. تتبعه أدوية نفيسة   تذهب أمراضا بدت خسيسة
33. كما نجيد القول فى اللباس   وفى المساكن ومأوى الناس
34. ونبسط التعبير فى المقال   كى ما يره مطابق السؤال
35. وأسأل الوهاب نيل الارب   فهو المرجى لبلوغ الطلب
36. **القول فى المأكول من حبوب   وما أتى فى طبعها المطلوب**
37. القمح فى المزاج حر لين   وهو من كل الحبوب أحسن
38. يلايم الطبع ويصلح الحجا   وكل نفع من قواه يرتجى
39. أفضله الزاهى المنير الذهبى   المرتسى بشكله المحدودبى

LEXIQUE

V. 25 حب ـ حبوب : Graine, sous ce terme, l'auteur réunit sans distinction céréale et légumineuses.

V. 36 القمح : Le blé (céréale).

الحر : Le chaud, relatif au tempérament (V. principes de la M.A.).

لين «doux»; relatif au tempérament. (V. principes de la M.A.).

V. 38 يصلح الحجا : Aphrodisiaque.

10. Merveilleuse, elle reluit de la beauté de ses fleurs et réjouit la vue,
11. Et combien les parcs des palais ont brillé de sa rosée matinale ! matinale !
12. On reste bouche bée devant ses fleurs parfumées couvertes de perles de pluie;
13. Et les épis se chargent, de graines dans un modèle rappelant celui des atomes;
14. Ses fleurs sont de variétés différentes.
15. Ici des couronnes, là des cônes, ici des bonnes odeurs et là des beautés.
16. Les abeilles ont chanté dessus, inspirées par le Tout-Puissant.
17. Et toutes les plantes, herbes et arbres, furent crées avec sagesse par le Dieu des hommes,
18. Et le Miséricordieux n'a rien crée inutilement, comme terres sauvages et cultivées.
19. A chaque saison Il nous procure une nourriture, Louanges à Lui, Il a comblé ses serviteurs de bienfaits.
20. Nous Le remercions pour Ses dons et croyons à la résurrection après la mort,
21. Et sommes persuadés que le mal n'est guéri que si cela est écrit
22. Enfin, les prières et le salut éternel sur l'envoyé et le dévot Mohamed.
23. Ainsi que sur les siens, ses compagnons et ses disciples, autant de fois qu'il a plu sur les terres.
24. Le but de cette oeuvre est de citer le tempérament de nos aliments utilisés,

10. رائعة تجلى تجلى الزهر   تسدى السرور وقت مد البصر
11. كم أصبحت عرائس القصور   تزهو بدر بردها المصون
12. وافتر ثغر بنورها المعطار   مكللا بلؤلؤة الأمطار
13. أبدت سنابل تحيط بالثمر   فى نسق تحكى عقودا من درر
14. نوارها مختلف الاشكال   يسمو على قلائد الابثالى
15. من ذى أكاليل وذى ابواق   وذى مداهن وذى احداق
16. **غنى عليه النحل بالمزامر   عن أمر من يقهر كل آمر**
17. وكل نبت من حشيش أو شجر   خلقه بحكمة رب البشر
18. ما خلق الرحمان شيئا عبثا   من كل برى وما قد حرثا
19. يرزقنا فى كل فصل نعما   سبحانه عم العباد كرما
20. نحمده حمد مقر بالنعم   معترف ببعثه بعد العدم
21. معتقدا أن ليس يذهب السرر   الا الذى أجرى القضاء والقدر
22. ثم الصلاة والسلام السرمد   على الرسول المنتقى محمد
23. وآله والصحب والاتباع   ما انهل وابل على البقاع
24. وبعد فالقصد بهذى الجمل   ذكر مزاج قوتنا المستعمل

1. Au Nom de Dieu, le Clément, Le Miséricordieux, que Dieu benisse notre Seigneur Mohamed et les siens..

2. Gloire à Dieu, Le Sage et Le Guide, Qui inspire la guidance à chacun des dévots,

3. Qui fait tomber la pluie du ciel et apporte la nourriture à la Végétation.

4. Louanges à Celui qui a crée les vents utiles à Ses serviteurs,

5. Qui envoye les vents porteurs de pluie de Ses mains de Grâce débordante.

6. les faisant sortir du plus profond des nuages, chargés des nouvelles les plus merveilleuses,

7. Amenant une pluie aux mains généreuses, à tous, présents et absents,

8. Arrosant les terres mortes et leur offrant un secours idéal.

9. La terre se pare alors d'un bel habit vert et se pavane dans son vêtement de soie.

47. كحل به الجفـــون والاحـــداقا   وامنحه من أمسى له مشـــتاقا

48. من جودة التحـــرير فى التقرير   فقـــد حبـــاك الله فى التعبير

49. لازلت شـــيخا شـــامخا نفـــاعا   ما بهـــر الالباب والاســـماعا

50. وتبســـط البذل بوعـــد منجز   تقـــرب الأقصـــى بلفظ موجـــز

51. بادى الســـناء قمـــر الديباجى   بجـــاه صـــاحب اللوا والتاج

52. مـــا بلل الرياض ويـــل وهمى   صـــلى عليه ربنا وســـلما

انتهى الســـؤال وســـيليه الجواب

والله الموفق للصـــواب

1. وصـــلى الله على سيدنا محمد وآله   بسم الله الرحمن الرحيم

2. الملهم الرشـــد لـــكل مهتـــد   الحمـــد لله الحكيم المرشـــد

3. الـــرازق الاقـــوات للنمـــاء   المـــنزل الغيث من الســـماء

4. مفيـــد عبـــاده صـــلاحا   ســـبحانه وســـخر الرياحـــا

5. بين يدى رحمتـــه العميمـــة   وأرســـل اللواقـــح العظيمـــة

6. مبشـــرات جمـــة العجـــايب   فاطلعت من غمـــر الســـحائب

7. لـــكل حاضـــر وكل بـــادى   تحمـــل غيثـــا ســـابغ الايادى

8. أحيت بغيث شـــامل مـــوات   ســـيقت لســـقى بلد مـــوات

9. رافلة فى حلل من ســـندس   فاخضـــرت الارض بحسن ملبس

— ô maître, fais nous un poème au sujet de la science des aliments..

— Indiques ce qui est lourd et ce qui est léger, ce qui convient aux sujets maigres et aux corpulents et ce qui convient selon les saisons...

— Parle nous des condiments ...

— Et tiens compte de la constitution des gens : âge et «tempérament»...

— Quels sont les meilleurs horaires pour manger ?

— Si, lors d'un festin, il y a plusieurs mets, par quoi devrions nous commencer et qui ya-t-il pour favoriser la digestion ?

— ... Ne négliges aucun aliment aussi bien solide que liquide : les légumes, les fruits secs et les fruits frais ..

— quelles sont les meilleurs eaux de boisson et ya-t-il un moyen d'en déterminer le poids ? ..

— Que penses-tu du fait que les aliments au levain soient à éviter et que les azymes soient à consommer de préférence ?

— Parle-nous des viandes et des laits.

— Qu'est ce qui nuit à la mémoire et quels en sont les remèdes, de même que pour l'intelligence ?

— Parle nous de ce que améliore la voix ..

— Dis nous ce qui favorise la puissance sexuelle..

— Parle nous des habitations et de leur aération.

— Et termines en nous citant le necessaire de voyage.

31. وما يزيد فى المنى من غذا   لازلت فى العلوم مسكى الشذا
32. وكل ما يناسب المقاما   ما ضر أن تحكمه احكاما
33. واعمد لما يسهل فى التركيب   رعيا لحال المقتر الكئيب
34. وكل ما القوى به تنحل   قيده ان ذا له محل
35. واقصد بذا نفع عباد الله   ما حال من عنه غفول لاه
36. وما يلذذ النكاح ايضا   أفض علينا النقل فيه فيضا
37. وأحكم على الثياب والمساكن   بمقتضى أهوية الأماكن
38. واخيم فدتك النفس بالاسفار   عما ترى يصلح فى الأسفار
39. من مأكل دهن لحفظ البشره   والفصل لا يضر أن تعتبره
40. فى كل هذا والعناء والتعب   بأى شىء من علاج يذهب
41. والقطن فى الصماخ للرياح   عند اشتدادها لمن صلاح
42. ومن رأى ان السؤال وصم   عما ذكرت لا أراه يسمو
43. لأننى أدرى بما قمدت   والخير من أبوابه رمدت
44. فبالسؤال العلم يسمو ويزيد   من مستفيد جاهل ومن مفيد
45. بجد ما يلهى عن المساعدة   وجد كل الجد فى المجاهدة
46. فى كتب ما أملت من جوابى   من كل ما قررت فى الكتاب

LEXIQUE

V. 31 المنى : Le sperme.
V. 32 المقاما : L'erection.
V. 37 اهوية المساكن: L'aération des habitations.
V. 38 سفر ـ اسفار Voyage.
V. 39 دهن : Graisse.
V. 40 علاج Remède
: La fatigue.
V. 41 : Le coton.
: Le conduit auditif externe.

24. وامنن بمد الباع والبنان   فى اللحم فصل فيه والالبان

25. واحكم على كل مزاج بالذى   منه يوافق طباع المغتذى

26. والحفظ ما ضرله التصدى   وقد علمت غرضى وقصدى

27. فيه وفى الفهم فما العلاج   حاش تضن بألذى احتاج

28. ولتبد ما يحسن الصوت ففى   سماع حسن الصوت ما يجدى وفى

29. بالله فى الكلام بالافصاح   عمابه يقوى على النكاح

30. ومن تعرض عن النساء   ماذا يواتيه من الدواء ؟

LEXIQUE

V. 5 غذاء ـ اغذية : Aliment.
V. 7 الضعيف : Le sujet maigre, faible.
V. 8 الجسيم : Le sujet corpulant, gros.
V. 9 بزر ـ ابازير : Condiment, épice.
V. 10 المزاج : Le tempérament, (V. principes de la médecine arabe)
V. 12 طبع ـ طباع : Le tempérament, le «caractère» (V. principes de la M.A.).
V. 14 الهضم : La digestion.
V. 15 فاكهة : Fruit....
اليبس : Sec.
طرى : Frais.
V. 19 جامد : Solide.
مائع : Liquide.
خضرة ـ خضر : Légume.
ثمرة ـ الثمار : Fruit.
V. 20 ماء ـ مياه : Eau.
V.22 خمير : Fermenté (au levain).
فطير : Azyme sans levain).
V. 24 اللحم : La viande.
لبن ـ البان : Lait.
V. 26 الحفظ : La mémoire (faculté d'apprendre).
V. 27 الفهم : La compréhension, L'intelligence.
V. 28 الصوت : La voix.
V. 29 النكاح : Le coït, l'acte sexuel.

TRANSCRIPTION

بسم الله الرحمن الرحيم وصلى الله على سيدنا ومولانا محمد واله ٠
قال الشيخ الامام القدرة الهمام المتبرك به حيا وميتا سيدى الصالح
ابن المعطى رضى الله تعالى عنهما ونفعنا بهما آمين ٠

1. ياشخنا النحرير حلو المنطق   المنزيا بمزايا المشرق
2. يا من علا الاتراب والاقرانا   كما سما الدهر به وزانا
3. يا نجل شقرون الجليل القدر   ومن غدا لحسنه كالبدر
4. يا من غدت كناسه مكناسه   به ازدهب قضبها المياسة
5. قيد لنا فى الطب ما الأغذية   ارجوزة جيدة سنية
6. من نظمك المعذب البليغ الأشهى   فهو من العقد النهديد أبهى
7. بين لنا الثقيل والخفيفا   منها أو ما يناسب الضعيفا
8. أو الجسيم فى الفصول الأربعة   فعلمها علم عظيم المنفعة
9. وفى الأبازير التى توافق   وراع حال الناس فهو الأليق
10. بحسب الاسنان والمزاج   فاننا للكل فى احتياج
11. وأجود الأوقات للأغذية   كما تراعى مصلح الردية
12. وما يوافق الطباع منها   وضدها كيما نحيد عنها
13. وان بناد حضرت الوان   من كل ما يشتاقه الانسان
14. باى شىء بدؤه يكون   وما ترى الهضم به يهون
15. واى شىء فى الفواكه التى   توصف باليبس أو الرطوبة
16. احق بالتقديم مهما حضرت   مع الغذا أنواعها قد كثرت
17. صفها على الترتيب أنت أعرف   وبالصديق والرفيق أرأف
18. واستحضر الذهن للاستقصاء   كيما تعم جملة الغذاء
19. من جامد ومائع وخضر   ويابس الثمار بل حتى الطرى
20. واى شىء فى المياه اجود   شربه فى كل وقت يحمد
21. وما الدليل فى اختلافه على   ما خف منه ميزنه يجتلى
22. وما تنشا عن خمير مختمر   يحضر والفطير منه منتشر
23. ايا تقدم وما لم يخطر   فى البال تممه لنيل الوطر

L'OEUVRE PROPREMENT DITE

30. *ROCHAIX A. et SEDALLIAN P. et SOHIER R.* : Traité d'hygiènne. Masson et Cie, 1946. T.I. pp. 273 — 470.

31. *RHEM P. L.* : Encyclopédie médicale Quillet, pp. 1249 — 1338 et pp. 1399 — 1478. Librairie Aristide Quillet, Paris, 1922.

32. *VIGUIER G.* : Hygiène et prophylaxie, pp 6 7—83 et pp. 85 — 105 et p. 109. Ed. Maloine S.A. 1978.

33. *VARA TORBECK R.* : Ce que l'Occident doit à la médecine arabe, dans Bull. Informations UNESCO No. 749 — 750, 1980.

— Le Mustaïni d'Ibn Beklares, Hesp. 1930, T.X., fasc. II, pp 135 — 150.

— Nouveaux manuscrits d'Avenzoar, Hesp. 1931, T. XII, fasc. I, pp 91 — 105.

— Suite à l'urgùza d'Avicenne sur la médecine, Hesp. 1931, T. XII, fasc. II, pp. 204 — 228.

22. *RENAUD H.P.J.* : L'enseignement des sciences exactes et l'édition d'ouvrages scientifiques au Maroc avant l'occupation européenne. Encyclopédie Hesperis, 1932, T. XIV, fasc. I, pp. 78 — 89.

23. *RENAUD H.P.J. :* Un problème de bibliographie arabe : Le Taquwîm al Adwiya. Encyclopédie Hesperis, 1933, T. XVI, fasc. I et II, 1er et 3ème tr., pp 69 — 98.

24. *RENAUD H.P.J. :* Un médecin du royaume de grenade : Mohamed As-Saquri. Encyclopédie Hespéris, 1946, T. XXXIII, 1er et 2ème tr., p. 31 — 64.

25. *RENAUD H.P.J. :* Les manuscrits arabes de la bibliothèque de Rabat relatifs à la médecine, dans Bull. soc. franç. d'hist. de la médecine, Juillet — Août 1923.

26. *RENAUD H.P.J. :* De quelques acquisitions rescentes sur l'histoire de la médecine arabe au Maroc dans les actes du Congrés internat. d'hist. de la médecine, Genève, 1925.

27. *RENAUD H.P.J. :* Etat de nos connaissances sur la Médecine ancienne au Maroc, Bull. de l'instit. des Hautes études Maroc. n°1, Dec. 1920, E. Larose, Paris.

28. *RENAUD H.P.J. : et COLIN G.S. :* «Tohfat al ahbàb» ou glossaire de la matière médicale marocaine. Librairie orientaliste Paul Geuthner, Paris, 1934.

29. *RENAUD H.P.J. et COLIN G.S.* : Glossaire sur le Mansuri de Rhazès par Ibn al-Hachcha.

11. *GUINAUDEAU Z.* : Fès vue par sa cuisine. Ed. Laurent, Oudaia, Rabat, 1957.

12. *HAHN A. et DUMAITRE P.* : Histoire de la médecine et du livre médical (à la lumière des collections de la bibliothèque de la faculté de médecine de Paris). Ed. Pigmalion Olivier Perrin, Paris 1978.

13. *IMBEAUX E.* : Qualités de l'eau et moyens de correction. Dunod, Paris, 1935.

14. *KASIMIRSKI (De BIBEN STEIN)* : Dictionnaire arabe-Français.

15. *LECLERC L.* : Histoire de la médecine arabe. Les traductions du grec. Les sciences en Orient et leur transmission à l'occident par les trad. Latines. Tome I. Leroux, Paris, 1876.

16. *LECLERC L.* : Traité de la matière médicale arabe ou «Kashf-er-Roumouz» du médecin algérien du 18ème s., Abd ar-Razzàq al Jazàiry. Trad. et annoté, Paris Baillère 1874.

17. *LEDERER J.* : Encyclopédie moderne de l'hygiène alimentaire. T.I, pp 9 — 42, T. II, p 252, T. III, pp 486 — 487. Ed. Nawelaerts, Bruxelles, 1971.

18. *MERCIER H.* : Dictionnaire arabe-Français. Ed. La porte, Rabat, 1951.

19. *POTZEYS F. et SHOOFS F.* : Traité de technologie sanitaire. Tome I .

20. *PASQUALINI H.* : Contribution à l'étude de la médecine traditionelle au Maroc. Thèse de doctorat en médecine Bordeaux, 1957.

21. *RENAUD H.P.J.* : Trois études de la médecine arabe en Occident. Encyclopédie Hespéris :

1. *AMMAR S. :* En souvenir de la Médecine arabe, quelques un de ses grands noms. Imp. Bascone, Tunis, 1965.

2. *BARIETY M. et COURY C . :* Histoire de la Médecine. Ed. Fayar, PARIS, 1963.

3. *BEAUCIER M. :* Dictionnaire pratique arabe-Français (arabe parlé algéro-tunisien), Alger, 1887.

4. *BELLAKHDAR J. :* Médecine traditionnelle et toxicologie Ouest Sahariennes. Ed. Nord-africaines, Rabat, 1978.

5. *COLIN G.S. :* Fichier linguistique et documentation laissée par l'auteur servant de base à la rédaction d'un dictonnaire Arabe (parlé au Maroc) — Français à l'I.E.R.A. de Rabat.

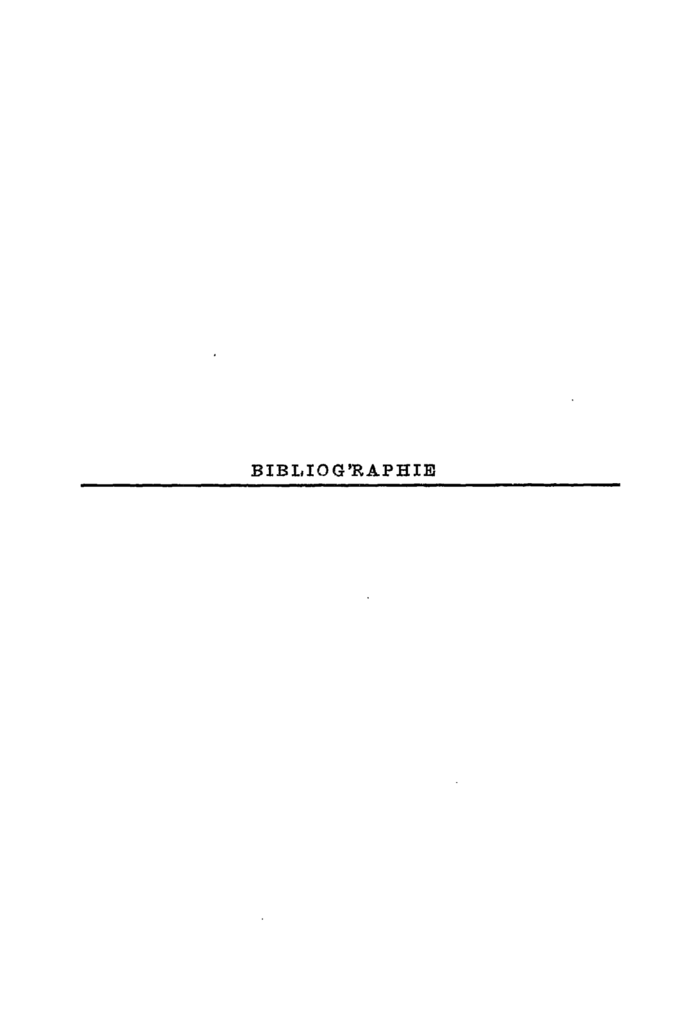
6. *DOZY R. :* Supplément aux dictionnaires arabes, Leyde-Paris, 2° éd. 1927.

7. *EL ALAMI A. :* L'Islam et la culture médicale, médecine et biologie dans leur rapport avec l'Islam. Thèse de doctorat en médecine, Rabat, 1979.

8. *EL KHACHANI M. :* Les grands tournants de la médecine arabe. Thèse de doctorat en médecine, Rabat, 1979.

9. *FARAJ A. :* Relations médicales Hispano-Maghrebines au 12ème s. Ed. Véga, Paris, 1935.

10. *GERNEZ, RIEUX et GERVOIS :* Médecine preventive santé publique et hygiène. Flammarion, 1976.



BIBLIOGRAPHIE

aire est définifi à partir de là qu'un style d'habillement est adopté, et c'est encore sur cette base que les remèdes sont prescrits. Ainsi, pour être en mesure d'apprécier la rigueur scientifique dont fait effectivement preuve, tout au long de l'oeuvre, le professeur, il faut absolument prendre en considération ce principe de base. Ce point limite d'ailleurs les possibilitiés d'analyse et les comparaisons à la base des connaissances modernes mais malgré tout il persiste, dans l'application pratique des points de discution qui nous ont permis de conclure que :

— si certains aspects annoncent la science moderne, tel est le cas, dans le domaine de la chimie, de l'interessant chapitre des eaux de boisson, par exemple,

— et si certaines données sont encore reconnues et même exploitées de nos jours comme c'est le cas des propriétés curatives reconnues à certaines plantes,

— les lacunes existent aussi, en rapport, les unes avec les limites des connaissances, propres à cette période de l'humanité (exemple la méconnaissance des micro-organismes), et les autres, avec le déclin même de cette médecine qui est effectif à l'époque de composition de l'oeuvre et qui se manifeste par certains jugements par trop subjectifs et par des passages, heureusement très rares dans la «Shaqrùniah», qui introduisent des concepts de magie et de superstition dans la médecine; c'est ceci qui ramenera peu à peu cette médecine au rang de médecine traditionelle.

Cette oeuvre montre, et ceci est notre conclusion finale, l'importance donnée au sein de cette médecine à l'hygiène dans son sens large, et malgré ses limites, la «Shaqrùniah» a le mérite de nous ouvrir une «fenêtre» sur la médecine arabe pour ce qui est de ses principes, de son raisonnement et de ses préoccupations; cette aspect nous a permis d'en faire un rapprochement avec les médecines orientales (acupuncture, marcrobiotique,) qui sont elles aussi basées sur l'étude des quatres éléments de la nature et qui se fixent elles aussi pour but le rétablissement d'un équilibre, en l'occurence l'équilibre entre le «Yin» et le «Yang»; ainsi, il n'est pas éxclu, que parallèlement au regain d'importance que cannaissent ces dernières de nos jours dans les pays Occidentaux, la médecine arabe ne connaisse, elle aussi, une réactualisation et soit de nouveau réabilitée.

tiré de tous ces éléments et ce, en harmonie avec le contexte géographique et les possibilités techniques de l'époque.

L'auteur commence ainsi l'oeuvre par un chapitre de diététique trés complet dans lequel il aborde entre autres l'étude de plus d'une cinquantaine de produits végétaux (fruits et légumes) dont certains sont trés spécifiques au Maroc, d'une vingtaine de plats cuisinés et de pâtisseries, pour la plus part encore préparés de nos jours (les ingrédicnts en ont été précisés dans le lexique) et d'une manière générale il montre le rôle primordial que joue l'alimentation dans la santé de l'individu.

A ce dernier, fait suite le chapitre de l'hygiène des vêtements dans lequel le professeur, à travers, l'étude des tissus naturels nous fait découvrir des propriétés insoupçonnées des vêtements aussi bien préventives que curatives.

L'auteur aborde ensuite l'étude de l'hygiène des habitations à travers laquelle il montre comment tirer le maximum d'aventages de la simple adaptation de l'architecture, du site et de l'exposition pour satisfaire aux nécessités de l'homme.

Enfin, et pour clôre le domaine de l'hygiène, l'auteur traite quelques points de l'hygiène du voyageur, et, à condition de la replacer dans son contexte, cette étude ne manque pas d'interêt. Dans ce chapitre nous avons pu découvrir quelques remèdes naturels de la médecine arabe en générale et de la médecine marocaine en particulier nous rappelant les courts chapitres résèrvés à la thérapeutique par les simples, (dont une étude a été ébauchée dans le lexique par la précision par exemple des dénominations latines).

En faite, vu la grande richesse de cette oeuvre nous n'avons pas pu faire une analyse complète de toutes les données cependant, rappelons que, d'une manière générale, la «Shaqrùniah» est basée sur le principe de la médecine grecque ancienne et ce dernier repose sur le fait que toute matière est composée des quatres éléments, (y compris le corps humain), et préconise l'équilibre entre ces constituants pour atteindre l'état de santé. C'est à partir de là que les alimeints sont décrits, c'est à partir de là que le régime aliment-

CONCLUSION

Finalement, ce travail nous amène à conclure sur, d'un côté la «Urjùzah Ash-Shaqrùniah» elle même et son auteur, de l'autre sur ce qui est sa base de référence, la médecine arabe.

En faite, avant d'avoir eu accés à la «Shaqrùniah» dans sa profondeur réelle, nous avons d'abord été amené à éclaircir ses bases et à retourner à ses sources; ceci nous a permis de découvrir la médecine arabe qui est, de par ses principes de base, l'héritage de la médecine grecque ancienne, redécouverte par les musulmans lors de leurs conquêtes, adoptée à leurs nécessitées et imprégnée par leur génie propre et de ce fait, promue au rang de médecine officielle à travers le monde pendant des siècles, avant de peu à peu et parallèement à l'empire musulman, connaître le declin et ce dès le 13ème siècle; d'ailleurs comme preuve du rapport étroit qui éxiste entre cette médecine et l'islam notons, dans la «Shaqrùniah», le style même de composition débutant et se terminant par des louanges au Seigneur.

Grâce à cette oeuvre, authentifiée par des manuscrits bien conservés et une lithographie rescente ainsi que par les écrits d'historiens célèbres, passés et contemporains, le médecin marocain 'Abd al Qâdir Ibn Shaqrùn nous offre un des derniers témoignages, digne de ce nom, de cette médecine.

L'oeuvre, écrite dans un style agréable et simple, sous la forme «rajaz» pour des fins didactiques, a, deplus et surtout le mérite d'être un véritable traité d'hygiène qui préconise l'utilisation de tous les éléments du milieu extérieur (aliments, vêtements, habitations, climat.) pour assurer à l'homme son équilibre physique; à ce propos le professeur montre comment le meilleur parti peut être

exemple, dans les voyages aériens, le confort est assuré et c'est la vitesse, l'altitude et les vibrations qui sont la source des inconvénients à prévenir. Cependant, le professeur évoque un point encore actuel, le mal de mer, pour la prévention duquel il conseille la purgation et qui est actuellement assimilé aux «mal des transports» en général que l'on prévient par la prise, avant le voyage, d'antihistaminiques de synthèse.

Une deuxième originalité tient au fait que l'un des principaux soucis est, comme d'ailleurs tout au long de la «Shaqruniah», de maintenir chez le voyageur l'équilibre du tempérament et ceci est d'autant plus pressant que celui-ci est constamment exposé aux agressions extèrieures (climatiques et autres). C'est dans ce but que le professeur cite, selon les necessités, différents produits et aliments refroidissants, humidifiants, réchauffants.. et, concernant ce deuxième point, il n'y a pas de discussion possible vu que cela se réclame du principe même de la médecine arabe.

Quelques points de comparaison persistent malgré tout, en effet, en cas de voyage de longue durée, il est encore classique de prévoir une petite pharmacie contenant des produits de première nécessité; deplus et à ce propos, il est aussi question dans la «Urjùzah» de quelques produits préventifs qui ont leur correspondant moderne comme cette préparation destinée à protéger le visage contre le soleil V. 631 — 632 — 633 et qui rapelle les crèmes solaires, ou cette autre préparation V. 657 — 658 qui rappelle les pommades révulsives (utilisées en général contre les moustoiques) et qui est préconisées ici pour la prévention des poux, enfin, cette autre préparation à ajouter aux eaux de boisson V. 653 — 654 — 655 que le professeur certes prescrit pour dépoluer l'air ambiant, mais dont l'utilisation pourrait être double car, vu ses constituants, ail, oignon, vinaigre,...), elle ressemble beaucoup à une préparation antisetique dont l'emploi serait largement justifié si on se rappelle les dangers de l'eau, surtout à l'époque.

Ainsi, à condition de replacer l'oeuvre dans son époque et dans son contexte médical, il nous est encore une fois possible d'apprécier la richesse de ce chapitre.

préoccupations importantes non mentionnées par l'auteur; c'est le cas par exemple :

— de l'ensoleillement (qui, est actuellement reconnu pour son rôle antiseptique et qui, par l'apport des rayons U.V., permet la synthèse de la vitamine D par le corps...) ;

— de la lutte contre l'humidité (pour la prévention de certaines maladies comme la tuberculose) ;

— des installations sanitaires et de la propreté d'une manière générale.

Cependant nous ne pouvons reprocher au professeur d'avoir voulu restreindre son sujet à quelques points particuliers.

Dans ce chapitre, l'auteur a montré comment adapter au mieux les habitations, aux besoins humains et ce par le simple choix de l'architecture, du site et de l'exposition. N'oublions pas cependant pour apprécier ses dires à leur juste valeur de les replacer dans leur contexte : l'époque et la situation géographique.

A props de l'hygiène du voyageur :

Après l'hygiène alimentaire, l'hygiène du vêtement et l'hygiène des habitations, le professeur Ibn Shaqrùn aborde, pour être complet, l'hygiène du voyageur; notons que ce domaine est également pris en considération dans les traités modernes d'hygiène, car en effet, l'homme, en voyageant, est amené à changer son mode de vie habituel et à s'exposer à des conditions extèrieures particulières susceptibles de nuire à sa santé.

En faite, ce qui limite les comparaisons avec les connaissances modernes c'est que l'éxposé du professeur est doublement original :

Une première originalité tient au mode particulier de voyage de l'époque (marche à pied, à dos d'animaux,...) qui demande beaucoup de la part du voyageur.. affronter le climat, prévoir ses provisions de nourriture. Sur ce premier point, les conditions ont changé et avec elles les précautions et les mesures d'hygiène; ainsi, par

tente alors qu'il existe actuellement des moyens permettant l'écoulement de l'air dans les chambres. La théorie prévoit une amené d'air frais et une ouverture d'échappement située en hauteur (2/3 de la hauteur du mur), pour permettre l'élimination de l'air vicié qui, plus chaud que l'air frais, ' tendance à monter; l'écoulement doit se faire à une vitesse optium de Om 50/s.

Dans la pratique, les techniques sont nombreuses et plus ou moins sophistiquées (ouvertures spéciales, cheminées spéciales,.... pour les appartements il existe des réseaux de conduits d'air dans lesquels l'air est en même temps climatisé...).

A propos du climatisme qui est «l'ensemble des constatations et déductions tirées de l'étude des climats en vue de leur application pratique à l'hygiène et au traitement des maladies» (Larousse), l'auteur en parle comme d'une préoccupation quotidienne qui doit être prise en considération par le choix du site et de l'éxposition des habitations.

Deux points sont soulevés :

— Les bienfaits de l'altitude où l'air est effectivement pur;

— l'exposition aux différents vents en fonction des necessités et à ce propos, nous voyons une fois de plus l'éxtension du principe des éléments aux vents.

Bien qu'un peu négligée dans la vie moderne, cette science éxiste et a déjà fait ses preuves notamment dans le domaine de la thérapeutique; rappelons, à titre d'exemple :

— La cure d'altitude pour les asthmatiques, les coquelucheux, les bronchitiques.

— L'altitude combinée à la cure de soleil dans les anciens sanatorium pour tuberculeux..

Ce ne sont là, comme nous l'avons dit, que quelques points de l'hygiène des habitations, en effet, ce domaine présente d'autres

tion par la simple adaptation de l'architecture (larges portes, ouvertures étroites, etc...).

Il semble d'ailleurs que le principal souci de l'auteur soit la lutte contre le chaud ce qui s'explique aisément si l'on replace l'oeuvre dans son contexte géographique (la région Fès — Meknès à un climat continental aux étés torides).

Si l'auteur ne parle ni de moyens de chauffage ni de refroidissement, si modestes soient-ils, c'est à notre avis, pour d'avantage mettre l'accent sur les possibilités de la seule architecture; cette denière rappelle d'ailleurs la maison marocaine typique, (aux très petites fenêtres donnant sur l'extérieur et aux chambres largement ouvertes sur une cour intérieure), qui s'adapte parfaitement au climat local.

A propos de l'aération proprement dite, l'auteur n'en fait qu'une seule allusion, et ce en parlant des tentes V. 619 où «l'air, dit-il, ne stagne pas, ce qui le rend exempt de putréfaction».

Nous savons en effet, que l'air qui stagne dans une pièce habitée, subit une viciation par :

— La respiration de ses occupants qui augmente le taux d'anhydride carbonique (CO_2) rendant l'air peu à peu irrespirable (la proportion convenable pour un air d'habitation pur est de 0.3/1000), qui augmente la teneur de l'air en humidité et élève la température, génant les échanges cautanés;

— les autres phénomènes naturels tels que la transpiration, les gaz intestinaux etc ... qui chargent l'air de matières volatiles et d'eau.

— les autres causes de pollution qui sont la poussière, les appareils d'éclairage et de chauffage (ces derniers pouvant même dégager des gaz mortels comme l'oxyde de carbone (CO), etc.. Tous ces facteurs justifient le terme de «putréfaction» de l'air utilisé par A. Ibn Shaqrûn.

Cependant, le seul moyen cité par l'auteur est la vie sous la

couleur qui intervient, les couleurs claires étant les plus efficaces dans la protection contre les rayons solaires.

La protection contre l'humidité est assurée par les habits imperméables.

Enfin, les chaussures et la coiffure font eux aussi partie du «vêtement» et doivent être adaptées selon les circonstances.

De ce qui précède, nous pouvons relever, dans la pratique, quelques points communs; ainsi, la laine, classée comme «chaude» dans la «Urjùzah» est considérée effectivement comme habit d'hiver selon la théorie moderne et le lin, jugé comme «froid» dans la conception classique est un habit d'été selon la conception moderne.. La seule contradiction est celle à propos du coton qui selon la théorie moderne, constitue une protection contre la chaleur...

Cependant, rappelons encore une fois que la divergence entre les deux conceptions limite l'analyse de l'une par l'autre et finalement elles pourraient même fort bien se compléter notamment par le rôle thérapeutique attribué au vêtement dans la conception classique..

A propos de l'«aération» des habitations :

Dans ce court chapitre, intitulé « aération des habitations », l'auteur soulève en faite différent points interressants de l'hygiène de l'habitation : La climatisation, l'aération proprement dite, et un domaine original qui est le climatisme.

La climatisation des habitations est une des grandes préoccupations du domisme et cela apparaît d'ailleurs comme le premier souci de l'auteur. De nos jours, le seul moyen proposé est l'utilisation d'appareils de chauffage ou de refroidissement de l'air et il est inutile, d'énumerer ici les innombrables possibilités qu'offre la technologie moderne en cette matière.

L'originalitê de l'auteur tient à ce fait qu'il propose une solu-

comprend ce chapityre, il n'y a pas de doute qu'il s'agit là d'une étude de spécialiste.

A propos de l'hygiène du vêtement :

Nous présenterons le point de vue classique (celui de la «Urjùzah») puis le point de vue moderne, et nous concluerons par quelques données comparatives.

Dans ce chapitre, nous voyons :

— d'un côté l'extension du principe des éléments aux tissus et aux vêtements, qui pourront être adaptés au «caractère» des individus pour maintenir l'équilibre du «tempérament» et prévenir ainsi l'état de maladie; — de l'autre, et à côté de ce rôle préventif, le rôle thérapeutique attribué à l'habillement et ce, aussi bien vis à vis de maladies externes (telles que les parasitoses cutanées...) que vis à vis de maladies internes, neurologiques et autres; ces données mériteraient en faite, d'être expérimentées.

La science hygiènique moderne, résèrve elle aussi une place à l'hygiène du vêtement, cependant ses préoccupations et ses critères sont tout autres.

Le vêtement, selon cette conception, joue essentiellement un rôle préventif et ce, par la protection qu'il procure au corps (mécanique, contre le froid, le chaud et l'humidité); il doit de plus, obeïr à la condition de ne pas gêner les fonctions de la peau (l'évaporation, la respiration, l'élimination des sécrétions, etc ....).

La propriété d'isolant contre le froid est attribuée à la proportion d'air au sein du tissu dans lequel est taillé le vêtement; plus un tissu contient de l'air, meilleur isolant il est; ainsi, les lainages qui renferment 95% d'air, représentent l'habit d'hiver idéal.

La protection contre le chaud se fait grâce aux tissus qui permettent au mieux l'évaporation cutanée; il s'agit des tissus très perméables à l'air; c'est le cas du coton et du lin par exemple, qui sont donc adaptés à l'été. A ce propos, il ya aussi le rôle de la

Le passage proscrivant l'eau conservée rejoint ces données «microbiologiques»; en effet, une eau non stérile est putrécible après quelques jours à cause de la pullulation des microorganismes qui s'y trouvaient à l'origine, et elle peut être cause de troubles variés et plus ou moins graves selon la nature de ces microbes et leur virulence.

Cela rejoint enfin, à la fin du chapitre, la proscription de boire de l'eau en période d'épidemie.

Malheureusement, l'auteur ne donne aucune idée de la manière de pallier à ces inconvénients (ne serait-ce que le fait de bouillir l'eau par exemple...) quoi que dans le chapitre des voyages il cite une préparation à ajouter aux boissons et qui pourrait fort bien correspondre à un moyen d'aseptiser une eau douteuse (conferez au commentaire de ce chapitre).

En conclusion de ces trois points concernant les caractéristiques physiques, chimiques et «microbiologiques» des eaux de boisson, nous pouvons dire que l'auteur a fait le tour de la question, et ce sont là les trois critères admis de nos jours pour étudier les eaux.

Une remarque à propos de la supériorité de «l'eau courante qui se dirige vers l'Est ...» : pour comprendre cela, rappelons qu'il existe un phénomène d'autoépuration des fleuves; en effet, «sept kilomètres en aval du point où se déverse l'eau sale (par exemple à la sortie d'un village), les cours d'eau ont déjà récupéré leur pureté; ceci se fait grâce à l'action antiseptique combinée du soleil, du brassage et de l'oxgène.. «(Encyclopédie Médicale Quillet). Ainsi, un cours d'eau qui se dirige vers le soleil levant présentant une plus grande «surface de contact» aux rayons solaires ferait effectivement l'objet d'une meilleure épuration...

Enfin, l'auteur termine sur un conseil diététique, au sujet de la proscription de boire de l'eau au moment du repas ou immédiatement après; ceci se justifie par le fait que l'eau dilue les sucs digestifs et contrarie ainsi la digestion.

Pour conclure, disons que, malgré les petites imperfections que

L'eau de pluie qui est citée comme «la meilleure» est, en effet, pure car elle provient directement de l'eau de mer par évaporation; quant à la remarque : «elle a été adoucie par l'air ..», cela se justifie par le fait que l'eau de pluie s'enrichit de gaz lors de sa traversée de l'atmosphère. Le seul inconvénient à noter à propos de l'eau de pluie est sa pauvreté en sels minéraux, qui sera d'ailleurs compensée lors de son contact avec le sol.

Concernant l'eau des fleuves, elle est décrite comme «occupant le rang d'un aliment» et cette remarque rejoint, à notre avis, ce que l'auteur dit à la fin de ce chapitre, à propos de l'influence du terrain d'écoulement sur la qualité (la composition) des eaux; ainsi le «rang d'un aliment» serait dû à sa richesse en oligo-éléments; précisons à ce propos que, si le plomb est très justement condammé par l'auteur (nous connaissons actuellement l'éxistence d'une intoxication due à l'ingestion de plomb appelée «saturnisme»), le fer, par contre, et contrairement à ce qui est avancé dans la Urjùzah, est un élément indésirable et fait l'objet d'une élimination systématique dans le traitement moderne des eaux de distribution.

Toujours dans le cadre de la composition chimique des eaux et à propos de l'expérience V. 452, 479 qui permettrait de comparer le «poids» de deux eaux, nous ne voyons pas l'intérêt pratique d'une telle donnée et aucun ouvrage spécialisé n'y fait allusion; cependant cela pourrait peut-être se rapprocher de la notion de «dureté» d'une eau qui est la propriété que communique à une eau plus au moins grande teneur en sels calcaires et de magnésie...

Le troisième point de discussion est l'étude des maladies dues à l'eau et le terme moderne serait la «microbiologie» des eaux.

Nous voyons, à ce sujet, que malgré les limites des moyens d'investigation de l'époque, il ya une intuition quant à l'existence de maladies transmises par l'eau. En effet nous savons actuellement que l'eau peut transmettre de nombreuses affections aussi bien parasitaires (la bilbarzione, la distomatose, la filariose, etc...) que bacteriennes (la thyphoïde, la dysenterie, le choléra etc...), et la condamnation de «l'eau stagnante des lacs».. est parfaitement justifiée.

Pour finir, signalons que la magie est considérée comme une maladie dont l'effet serait traité par une résine d'arbre V.347 ce qui rappelle dans le chapitre des remèdes de l'intelligence le rôle bénéfique attribué à la dent de hyène portée en amulette V. 532 ceci montre l'introduction dans la médecine de superstition; cependant, ces donnés sont par bonheur très rares dans la «Shaqrùniah».

Nous pouvons conclure, sur ces quelques points d'étude, d'une oeuvre riche, qui témoigne de la part du professeur d'une connaissance profonde des aliments et de leurs propriétés; cependant, parallèlement il apparaît un certain nombre de lacunes qui reflètent, les unes la limite des connaissances propre à cette époque de l'humanité (notamment la méconnaissance des micro-organismes pathogènes), les autres le declin de cette médecine.

Mais encore une fois rappelons que l'analyse de la «Shaqrùniah» à la lumière des connaissances modernes ne peut se faire qu'avec des limites car cette oeuvre est basée sur une conception complètement autre.

A propos des eaux de boisson :

Dans ce chapitre concernant les eaux de boisson, nous avons ressorti essentiellement quatre points : Les propiétés physiques des eaux, leur composition chimique, les dangers de l'eau (ou les «maladies hydriques) et quelques conseils diététiques.

Le professeur A. Ibn Shaqrùn commence par la description des qualités auxquelles doivent satisfaire les eaux de boisson; il cite à ce propos le gout, qui doit être agréable, puis la limpidité ou transparence.

En faite, pour être complet et parler d'eau potable dans son acceptation scientifique moderne, il convient d'ajouter deux autres propriétés physiques qui sont l'absence d'odeur et l'absence de couleur.

L'auteur aborde ensuite l'étude des différentes eaux selon leur provenance (pluie, fleuve, eaux souterraines,...) et il s'agit là en faite d'une étude chimique des eaux..

position aux animaux carnivores ... Nous pourrions, pour terminer, illustrer cela par le dicton :

«Tu deviens ce que tu manges».

Remarque à propos des données de physiopathologie :

D'une manière générale, les maladies sont toutes ramenées, selon le principe même de la médecine arabe, à un déséquilibre du tempérament et selon ce même principe des aliments seront préscrits pour le traitement; cependant, il est parfois possible de faire des rapprochements, ainsi :

— certaines données se rapprochent beaucoup de la conception actuelle et nous avons relevé deux exemples à ce sujet,

la paralysie faciale («al-laqwah») qui est décrite par le professeur comme étant due à un éxcés de «frod» et que évoque la paralysie a frigore également ramenée à un coup de froid,

et l'hydropisie qui correspond à l'ascite et qui, parles différentes caractéristiques données dans la «Shaqrùniah» (due à une atteinte hépatique V. 227 et non compatible avec l'ingestion d'aliments salés V. 221, semble même correspondre plus précisement à l'ascite de cause cirrhotique.

— D'autres sont difficiles à interpréter et c'est le cas du phénomème de «l'obstruction» («as-sadad»), et de son opposé, la «désobstruction» («al infitàh») de certains organes (foie et rate) qui semble correspondre au phénomène de congestion de ces organes....

— Pour d'autres maladies enfin, bien qu'ayant des dénominations modernes telles que les « maladies rénales et hépatiques », l'«incontinence urinaire», les «calculs rénaux» etc ..., l'auteur n'en donne aucune précision, pas plus d'ailleurs qu'au mode d'action des aliments, prescrits pour leur traitement et dont l'action «bénéfique» n'est souvent justifiée que par la simple référence à ce qu'en «ont dit les sages»...

fèves viennent en premier et cette insistance du professeur nous a fait évoquer, outre leur lenteur de digestion, une maladie connue sous le nom de «favisme» qui consiste en une hémolyse aiquë, provoquée, chez des personnes prédisposées(1), par l'ingestion de fèves..

Le sucre, est lui aussi incriminé à plusieurs reprises par l'auteur qui parle même de prurit (un des signes possibles du diabête) provoqué par l'ingestion abusive de dattes V. 340; il n'omet d'ailleurs pas de signaler ses méfaits pour les dents.

Cependant, la liste est longue et nous ne pouvons pas passer en revue tout ce que le professeur a dit à propos de chaque aliment, comme éloges justifiées ou non, comme condamnations erronées ou bien à propos et comme omitions car une telle étude dépasserait le cadre de ce présent travail.

Pour términer ce commentaire purement diététique voyons quelques remarques interessantes :

— à propos de l'influence de la cuisson sur les aliments :

La nuisance de fritures, signalée à deux reprises dans la «Shaqrùniah» V. 99 V. 169 rejoint le fait que selon des auteurs modernes, les graisses cuites sont nocives et même cancérigènes (Encyc. moderne de l'hyg. alim. Lederer).

La propriété reconnue à la cuisson de détruire la « force nutritive» d'un aliment V. 147, pourrait être rapprochée de la notion moderne de destruction des vitamines.

— à propos de l'influence de certains aliments sur le comportement de l'individu V. 166, V. 128, V.322, il est aisé d'adherer à cette thèse si l'on se rapelle que beaucoup de drogues son des végétaux, et, sans aller jusque là, nous utilisons quotidiennement dans notre alimentation des modificateurs du comportement comme le thé, le café, ... et de la à étendre cette constatation aux aliments proprement dits, il n'y a qu'un pas; pour appuyer cela, il suffit d'observer chez les animaux herbivores ce calme relatif par op-

(1) Déficit enzymatique en Glucose — 6 — phospha — Deshydrogénose.

tringent et qui est actuellement encore reconnu pour son efficacité, spécialement contre les diarrhées du nourrisson. «Cette action est imputable, d'une part à la pectine et au tanin des gousses, d'autre part aux mannanes et aux galactanes des graines» (Jamal Bellakhdar Med. trad. et toxicol. O. Sahar).

Il en existe même des spécialités pharmaceutiques : «Caruba», «Arobon»,...

A rattacher à ce dernier, la pomme est aussi, à juste titre, reconnue comme astringente V. 260.

Cette propriété, due à sa richesse en pectine, justifie sa prescription dans la diarrhée du nourrisson.

— Pour certaines propriétés concernant d'autres aliments, nous avons tenté de donner une justification scientifique, ainsi :

Des aliments, décrits comme ayant la propriété de «renouveler le sang» ou de «donner des couleurs» (nous avons crupouvoir ramener ces deux propriétés à une seule et même raison : la meilleure production de globules rouges), et il s'agit en l'occurence du riz, du pain de blé, des dattes, des oignons, ils se sont révélés avoir tous un point commun qui est leur richesse en un élément essentiel au métabolisme de l'hémoglobine du sang : le fer ...

Certains aliments décrits comme aphrodisiaques, comme le blé et le jaune d'oeuf, présentent un point commun qui est leur haute teneur en vitamine E, (connue aussi sous le nom de «Vitamine de la fécondité» mais dont le rôle exact n'est pas encore bien défini...)

Notons cependant que, dans cette question des aphrodisiaques (aliments et préparations) l'auteur manque parfois d'objectivité et certaines recettes proposées, «sécrètes. et un peu «magiques» sont parfois même dangereuses comme cette préparation qui comprend le staphysaigre ou «herbe aux poux» V. 537.

Dans la liste des aliments condamnés par l'auteur : Les

le régime traditionnellement adopté chez nous. Deplus, le professeur évoque bien des variantes et nous avons relevé :

des conseils diététiques selon l'activité V. 58.

ce que l'on pourrait rapprocher d'un régime désodé V. 220 et V. 221, qui de plus est, se rattache à l'épanchement pleural et à l'ascite (des signes de déscordre hydroelectrolitique) ... ,

de nombreuse allusions aux aliments grossissants (riz, pois chiches, ...) qui nous semblent rattachées à des préoccupations esthétiques ... à chaque époque ses normes !

Mais en faite, dans sa conceptualisation réelle, le régime qui ressort de la «Urjùzah» est très nuancé et dépasse le simple qualificatif de «carné» ou «diversifié» et, d'après les principes même régissant la médecine arabe, chaque individu a, selon le type de «caractère» («tab'») auquel il appartient, un régime propre comprenant les aliments qui lui sont adaptés (selon la règle d'équilibre des «tempéraments») et/ou qui sont préparés judicieusement, toujours dans ce même souci d'équilibre des «tempéraments».

Autrepoint de comparaison : l'étude de certaines propriêtés attribuées aux aliments.

— Certaines propriétés reconnues aux aliments, dans la «Shaqurùniah» sont encore actuellement confirmées par la science moderne et même exploitées.

Nous commencerons par l'orge qui est présenté V. 155 comme un remède de la constipation. En effet, le rôle bénéfique des céréales (le blé, l'orge, le maïs, ...) dans le traitement de la constipation par ralentissement est un fait reconnu; grâce à leur richesse en cellulose (dans le son), ils jouent un rôle de stimulants mécaniques pour les intestins lors du transit intestinal en donnant sa consistance au bol fécal. A cet effet, il existe actuellement des spécialités diététiques notamment à base de blé : «Action» «Fibronson», ...

Autre aliment, le caroube, décrit à V. 353 comme un as-

satisfaction (quantitative et qualitative) en constituant de base (les glucides, les lipides, les protides) ainsi qu'en vitamines, en sels minéraux et en oligo-éléments, reconnaît différents types de régimes alimentaires, ainsi :

— Selon les habitudes alimentaires = nous distinguons principalement,

— le régime carné (dit «diversifié»), qui comprend la chair des animaux dans l'alimentation et qui est le plus couramment adopté de par le monde;

— et les régimes végétariens, qui écartent eux la viande de l'alimentation; c'est le cas du régime n'écartant que la chair des animaux (régime ovo-lacto-végétarien) et de celui écartant tous les produits d'origine animale aussi bien les viandes d'une façon générale et les oeufs, que le lait et les laitages (régime végétalien); intermédiaire entre ces deux précédents, il y a un régime excluant la chair des animaux et les oeufs tout en admettant le lait et ses dérivés, assurant ainsi un apport adéquat en proteïnes animales.

— Selon les necessités et les circonstances, il ya de nombreuses variantes, par exemple :

— Selon l'âge — en effet, l'alimentation du nouveau né et du nourrisson est totalement différente de celle du vieillard..

— Selon l'activité — en effet, un travailleur de force aura un besoin alimentaire plus grand qu'un sédentaire —

— Selon les états morbides — par exemple, pour combattre l'obésité il ya le régime hypocalorique, l'hypertendu est amené à adopter un régime sans sel, le diabétique un régime sans sucre, l'urémique devant éviter les aliments riches en purines..

En revenant à la «Shaqrùniah», nous pouvons dire, à la lumière de ce qui précède, que le mode d'alimentation conseillé correspond au régime carné («diversifié») en excluant toutefois la viande de porc et l'alcool pour des raisons religieuses; ceci est d'ailleurs

D'ailleurs, le lait et les laitages ont eux aussi une place importante dans le domaine de l'hygiène alimentaire tant pour leur valeur diététique est bien soulignée par le professeur, que pour les nombreuses mesures hygièniques desquelles il font l'objet, et à ce propos, l'auteur ne fait hélas aucune allusion, ne serait ce qu'à l'ebullition du lait avant la consommation.

Après les «viandes» d'une manière générale, l'auteur aborde le chapitre des fruits puis des légumes qu'il sépare bien des précédents. Le fait de réunir ces deux types d'aliments se justifie vu qu'ils sont tout les deux d'origine végétale et qu'ils représentent tout deux la principale source de vitamines pour le corps. Cependant, la classification adoptée pour leur présentation et qui les regroupe, tantôt selon leur lieu de culture, tantôt selon la saison de cueillette, tantôt selon une propriété commune..., est très loin de la classification scientifique moderne (familles, genres, espèces); toujours est-il qu'elle a le mérite d'être pratique car elle se rapproche de la réalité quotidienne et il reste facile de s'y retrouver.

L'auteur passe ensuite en revue les épices ou plus justement les condiments, car il y inclut le persil, le vinaigre,...

Ces produits qui ne sont pas des aliments à proprement parleront tout de même une grande importance dans l'alimentation car, en donnant du goût aux aliments, ils éxcitent l'appétit et favorisent ainsi la digestion .. La seule critique à ce chapitre est que l'huile d'olive, comme l'auteur, le fait d'ailleurs remarquer lui-même, est un aliment au sens propre du terme et pas seulement un condiment.

Le professeur termine par les eaux de boisson (commentées à part, vu l'importance du chapitre) et par les laits et leurs dérivés (commentés dans le chapitre des produits d'origine animale).

Comme autre point pratique de comparaison, il y a le régime alimentaire, et dans le but de déterminer le type de régime preconisé dans la «Shaqrùniah», commençons par rappeler les différents modes d'alimentation actuellement admis.

La diététique moderne, tout en prenant comme règle de base la

riz, le millet,....) et les légumineuses (les haricots, les poischiches, les lentilles, les fèves..). Le fait que ces aliments soient traités en premier indique qu'ils représentaient certainement la base de l'alimentation (comme c'est le cas encore de nos jours dans notre pays) D'ailleurs ces deux familles d'aliment, bien que différentes, ont un point commun au delà de leur aspect exterieur, qui est leur richesse alimentaire, grâce notamment à leur haute teneur en proteïnes végétales.

Après, le chapitre des «graines», vient celui des aliments composés, très interessant par les nombreuses spécialités culinaires qui y sont énoncées (mais qui se passe de commentaire) puis l'auteur passe à une succession de chapitres — les viandes de boucherie, les volailles (et les oeufs), les poissons, le gibier à poil — qui réunit en faite les produits d'origine animale (source de proteïnes animales), et nous avons choisi de dire quelques mots à propos de la viande; en effet, concernant cette dernière, les jugements du professeur tout au long de son oeuvre sont variables, tantôt il la prise tantôt il condamne fortement quelques sortes d'elles rappleant en cela la polémique actuelle à propos de cet aliment. Dans ce même chapitre, nous avons relevé une remarque interessante : la notion du risque de «putréfaction» du jus de viande, contre laquelle le professeur met en garde c'est cela d'ailleurs qui oblige à obeïr à une règle d'hygiène de base, la réfrigération immédiate des viandes vu leur haut potentiel de souillure et de putréfaction. Dans ce même ordre d'idée, rappelons une autre mesure d'hygiène tout aussi importante que la précédente et qui est le contrôl vétérinaire de la viande dans le but d'éviter les nombreuses maladies contagieuses, bactériennes et parasitaires que celle-ci est susceptible de transmettre au consommateur (Brucellose, kyste hydatique, ascaris, ...) et que le professuer évoquerait à propos de la condamnation de la viande de vache qui «provoque, dit-il, des tumeurs «(= Kyste hydatique ! ?).

Cependant, comme critique de ce chapitre, notons que le lait et ses dérivés, qui constituent eux aussi essentiellement une source de proteïnes animales, sont relégués à la fin du chapitre diététique, après les eaux de boisson alors qu'il auraient fort bien pu trouver leur place dans cette rubrique.

— Ils auraient pour but de faciliter sa digestion V. 53. Ces trois hypothèses pourraient d'ailleurs toutes être valables selon les cas....

En ce qui concerne la diététique moderne, la détermination des besoins alimentaires de l'organisme repose sur des bases totalement autres dont la principale est la satisfaction aux besoins énergétiques (chiffrés en Calories), le but étant d'assurer le métabolisme de base, le déroulement des différentes fonctions, le travail musculaire etc... Le rôle des aliments est de fournir cette énergie grâce à leur teneur en glucides, en lipides et en protides; il faut de plus respecter un certain nombre d'équilibres dont l'un des plus importants concerne la proportion adéquat entre ces trois constituants de base; enfin, pour être complète l'alimentation doit fournir au corps, dans des quantités bien déterminées, les substances qu'il ne peut fabriquer et qui sont : certains acides aminés (dit «indispensables»), les vitamines, les sels minéraux (Calcium, phosphore,...) et les oligo-éléments (Fer, etc ....).

De ces données découlent le calcul de la ration alimentaire (en moyenne, 2000 calories par jour pour un adulte normal) et le régime alimentaire, ainsi que la classification et le mode de description des aliments qui se base sur leur teneur en protides, glucides, sels minéraux, vitamines, ...).

Ainsi, la divergence entre ces deux conceptions est flagrante et l'analyse réelle de la «Urjùzah» sur les bases scientifiques modernes est impossible à faire, cependant, à travers l'application pratique, il est tout de même possible d'en faire une approche et nous l'avons fait à propos de la classification des aliments, à propos du régime alimentaire et de certaines propriétés des aliments qui sont des découvertes de l'observation et de l'expérience (non en rapport avec le principe des éléments).

Pour étudier la classification des aliments dans la «Shaqrùniah» nous avons repris le plan adopté par le professeur en le commentant au fur et à mesure.

L'auteur commence parce qu'il appelle les «hubùb (graines) en réunissant sous ce terme les céréales (le blé, l'orge, le maïs, le

Rappelons que selon le principe des éléments (V. le chapitre principes de la M.A.), chaque individu a un « caractère » donné (selon la proportion des quatres humeurs qui le constiutuent), qui révèle toujours un certain déséquilibre (chaud, froid ....) ; d'autre part, et de la même façon, chaque aliment a un tempérament donné (selon la proportion des éléments qui le constituent); ainsi le rôle qu'ils vont jouer est d'équilibrer le «tempérament» des individus.

Cette façon de voir va donc intervenir à tous les niveaux et notamment :

— dans la détermination du mode d'alimentation (le régime alimentaire).

— et dans le mode de description des aliments; à ce propos, voici le plan type que nous avons relevé chez le professeur A. Ibn Shaqrùn :

1. Le tempérament de l'aliment.

2. L'action de l'aliment sur l'organisme et le professeur cite à ce sujet, d'un côté l'action prévisible de par son tempérament (rechauffer ,refroidir, ...) et d'un autre, la (ou les) actions(s) une constation d'expérience (comme par expemle la propriété astringente du caroube).

3. Les variétés (pour les aliments d'origine végétale) ; et notons à ce sujet que toutes sont des variétés locales très spécifiques au Maroc et parfois même à l'épopue .. .

4. Les «correctifs» de l'aliment = («Islàh et notons, à propos de cette notion qui revient souvent dans la «Urjùzah», qu'il y aurait trois hypothèses d'explication :

— Les correctifs auraient pour but d'équilibrer le tempérament de l'aliment lui-même.

— Ils auraient pour but de le compléter au point de vue nutritif V. 59.

D'autre part, et du point de vue purement linguistique, l'étude des termes techniques de la pharmacopée, de la diététique, etc ... (par exemple quant à leur origine arabe, bebrère, persane, grecque,..), est, elle aussi, un domaine de recherche qui ne manque pas d'intérêt.

Cependant, nous nous sommes limités dans ce qui suit à un commentaire concernant essentiellement les domaines de l'hygiène abordés dans la «Shaqrùniah» et ce à la lumière des connaissances actuelles. Notre commentaire portera donc sur la diététique, les eaux de boisson (que nous avons traitées séparement de la diététique), l'hygiène du vêtement, l'hygiène des habitations et l'hygiène du voyageur. Disons dès à présent, qu'il ya là un écueil à ce commentaire, et c'est de s'engager dans la critique d'une conception donnée au moyen d'une autre conception aux critères totalement différents et nous essayerons d'éviter cela en n'engageant la discussion que sur des points pratiques et précis à propos de chacun des domaines étudiés.

A propos du chapitre de diététique :

La diététique est la branche de l'hygiène qui s'interesse à l'alimentation de l'homme et, comme nous l'avons déjà signalé, elle est basée, dans la «Shaqrùniah», elle aussi sur le principe des éléments; ainsi, il est impossible d'en faire une analyse à la base des critères scientifiques modernes tout au plus pourrons nous, sur quelques points pratiques, faire des rapprochements, par exemple au sujet de la classification des aliments, du régime alimentaire et de certaines propriétés des aliments.

Enfin et indissociable de la diététique, il est beaucoup question, dans ce chapitre, de maladies (physiopathologie et traitement) ce qui nous a poussé à reserver un paragraphe à ce sujet en fin du commentaire.

Avant d'aborder les comparaisons et les commentaires, commençons par voir les bases théoriques respectives de la diététique, selon les classiques (médecine arabe), et selon la conception moderne actuelle :

Pour ce qui est de la forme :

C'est dans un poème au style léger et familier que l'auteur a choisi de nous faire partager son savoir, et, malgré son souci de rigueur scientifique et l'introduction par moment de formules pieuses, il n'en conserve pas moins un certain sens de l'humour.

Dans ce genre de poème, appelé «rajaz», chaque mètre (ou vers) est composé du pied «mustaf 'ilun» repété six fois dans une répartition en deux hemistiches qui rhyment entre elles. Ce style de composition était très utilisé à l'époque et notamment dans les ouvrages scientifiques, au point qu'il fut appelé «l'âne de l'étudiant». Certes cette forme versifiée manque parfois de clareté à cause de ses longueurs et ses chevilles et de son apparance compacte, certes elle peut sembler comme «pas très sérieuse» pour véhiculer un savoir scientifique; toujours est-il que la lecture en est très agréable et, grâce au rythme et à la rhyme, elle offre toutes les facilités pour la mémoire, un peu comme de nos jours ces «moyens mnémotechniques» très utilisés et très chers aux étudiants.

Pour ce qui est du fond :

La somme des renseignements contenus dans la «Urjuùzah» est considérable; en effet, cette oeuvre reflète une époque et une civilisation avec tout ce que cela sous-entend comme mode de vie, habitudes alimentaires, style d'architecture, genre de vêtements, relations commerciales (ex : avec la France, les toiles de lin de Rouen..). et même, circonstances politiques .. et sur chacun de ces points, il y-aurait largement matière à discussion.

TROISIEME PARTIE

COMMENTAIRE

V. 625 « .... Celles (les habitations) qui sont exposées au vent d'Ouest conviennent aux fiévreux ...»

A la lumière de ce qui précède, nous voyons qu'il s'agit là d'une médecine essentiellement préventive qui s'attache avant tout à maintenir intact l'équilibre du corps humain (par l'utilisation adéquat de tous les facteurs de son milieu extérieur à savoir les aliments — les habits — les habitations et le climat) et éviter ainsi la maladie.

Ces principes et ce vocabulaire de base étant acquis, il est plus aisé de comprendre la «Shaqrùniah».

Il est question, dans la «Urjùzah», d'autres «tempérament» non prévus dans le principe de base et pour lesquels nous n'avons pas d'éxplication logique, il s'agit des «tempéraments» suivants :

— «Layyin» que nous avons traduit par «doux»,

— «Latîf» que nous avons traduit par «subtile»,

— «Ghalîd» que nous avons traduit par «grossier»,

— et «al-ludùnah» que nous avons traduit par «moux» (mollesse).

V. 228 «Le tempérament du renard est chaud et sec.... il est de la plus grande utilité contre ... les rhumatismes.»

Notons toute fois, qu'un traitement de ce genre doit prendre en considération le «caractère» propre du sujet auquel il est prescrit pour éviter d'aggraver son déséquilibre «naturel» des tempéraments; de là vient la notion de «contre-indication» dont nous avons un exemple :

V. 534 .. «cette dernière (préparation) ne convient pas aux bilieux, présèrve les donc d'un grand mal.»

Application à l'hygiène du vêtement :

Chaque tissu a, lui aussi, un «tempérament» propre (selon la proportion des éléments qui le composent) et doit donc être adapté au «caractère» de l'individu qui le porte; on lit ainsi :

V. 606 «Les habits de laine sont d'un tempérament chaud et sec, ils permettent de dessécher le pituiteux.. mais pour le bilieux c'est le pire des habits....»

(Rappelons, pour la compréhension, que le pituiteux a un éxés de pituite qui est froide et humide et que, à l'inverse, le bilieux a un éxés de bile qui est chaude et sèche).

Application à l'hygiène des habitations :

Les habitations, par leur «climat» intérieur, protègent les occupants en assurant la constance de leur tempérament, ainsi nous lisons.

V. 628 — 629 «Les vestibules sont froids et secs; c'est donc le meilleur emplacement .. au moment des vagues de chaleur d'été ...»

De plus, l'exposition même des habitations aux différents vents a, elle aussi, une importance, puisque chaque vent a une influence propre sur le tempérament des occupants, et on peut lire par exemple :

chauds aggraveraient son déséquilibre et lui seraient donc néfastes. C'est ce qui ressort par exemple V. 337 et V. 341.

— «Les dattes ont une tendance chaude .... elles ne conviennent pas aux bilieux...».

— Sachant cela, la question qui vient à l'esprit est : comment déterminer le «tempérament» d'un aliment ? A ce propos, il ya dans la «Urjùzah» plusieurs allusions du Ibn Shaqrùn, qui nous laissent entrevoir que le goût est un moyen de détermination du tempérament; ainsi; nous pouvons lire par exemple V. 416, à propos d'une variété de cardons :

« ... Son tempérament est sec et chaud, comme en témoigne son goût amer ....»

ou encore V. 362

«Les olives sont de tempérament chaud, la preuve en est donnée par leur goût amer ....»

ou encore à la V. 419 V. 420.

«Le chardon est humide et froid, en effet, son goût, d'après le spécialiste, est doux et agréable dans les bonnes proportions.»

Application à la pathologie et la thérapeutique :

L'état de maladie est considéré, selon cette doctrine, comme le résultat d'un déséquilibre important du tempérament. Il y a ainsi des maladies dues à un éxés de chaud, et ce sont par exemple toutes les fièvres; il y a des maladies dues a un éxés de froid et c'est le cas des rhumatismes, etc....

Le traitement va donc consister à apporter des produits doués de la propriété antagoniste et comme illustration de ceci, voici deux exemples tirés de la «Shaqrùniah» :

V. 358 «L'azérole est de tempérament froid et sec, pour cette raison elle convient au fièvreux».

ment», de l'individu en question; ainsi, à ces quatres humeurs correspondent quatre «caractères» (ou types d'individus) différents selon la prépondérance de l'une ou l'autre :

— un éxés d'humeur «sang» donne lieu au caractère sanguin («ad-damawî»)

— un éxés d'humeur «phlegme» (ou pituite), donne lieu au caractère phlègmatique (ou pituiteux) = al balghamî.

— un éxés d'humeur bile jaune donne lieu au «caractère» bilieux («as-safrawî).

— enfin un éxés d'humeur atrabilieuse (ou bile noire) donne lieu au caractère» atrabilieux (as-sawdawî).

Notons qu'il est possible pour ces humeurs de se transformer l'une en l'autre par un phénomène de «combustion» et nous en avons un exemple :

V. 341 : «... elles (les dattes) ne conviennent pas aux bilieux chez lesquelles elles transforment rapidement le sang en bile noire;..

Le but, pour un parfait état de santé est d'obtenir et de maintenir l'équilibre parfait du tempérament et donc des humers dans l'organisme; dans la pratique, ce principe interesse tous les domaines de la médecine et de l'hygiène.

Application à la diététique :

Prenons l'exemple d'un sujet au «caractère» bilieux (ou plus simplement dit : «un bilieux») par définition, il a un éxés de chaud et de sec, et c'est donc des aliments froids et humides qui lui conviendront pour rétablir son équilibre; pour illustrer ceci, citons un exemple :

V. 245 , 246 : «Les cerises ont un tempérament froid et humide, ... elles pallient aux méfaits de la bile jaune ....»

Inversement, et en gardant l'exemple du «bilieux», les aliments

Ver : 37 : «Le blé est de tempérament chaud ...»

Parfois, c'est deux des éléments qui sont prépondérants, si c'est par ex. l'eau et l'air, le corps en question est dit froid et humide; à titre d'exemple citons :

V. 245 : ... «Les cerises ont un tempérament froid et humide» Enfin, si tous les éléments sont présents dans les mêmes proportions, l'aliment est dit équilibré («mu'tadil»); on lit ainsi dans la «Shaqrùniah» :

V. 263 : «Les pommes mûres, elles, tendent vers l'équilibre...»

Précisons à ce sujet que, pour un même tempérament il y a quatre degrés (un peu comme un coefficient d'activité) et nous en avons un exemple :

V. 402 , 403 : «... La première variété (d'oignon) atteint le quatrième degré (de chaud) ... la seconde est du troisième degré ... la troisième est de degré inférieur à la précédente».

La notion d' «humeurs» et de «caractère» :

Pour ce qui est du corps humain, les quatres éléments se combinent pour former tout d'abord les quatres «humeurs» («Khilt — akhlàt), qui elles, vont constituer les différents organes. Les quatre humeurs sont :

— le sang («ad-dam»), qui est de tempérament chaud et humide,

— le phlègme ou pituite («al balgham») qui est de tempérament froid et humide,

— la bile jaune(«as -safrà») qui de tempérament chaud et sec.

— et enfin la bile noire ou atrabile («as?sawdà'») qui de tempérament froid et sec.

La proportion des quatres (humeurs dans l'organisme détermine ce que l'on appelle le «caractère» («at-tab'») ou encore le «tempéra-

Avant d'aborder la lecture du texte de la «Shaqrùniah», et pour permettre de suivre sa logique, il est indispensable d'avoir une notion des principes sur lesquels l'oeuvre est basée; c'est le but de ces quelques lignes. Rappelons encore une fois que cette doctrine est celle de la médecine grecque.

La Notion «d'élément» et de «tempérament» :

Tout commence par les quatres éléments qui sont les constituants de toute matière : le feu, l'air, l'eau et la terre; chacun d'eux a sa qualité propre :

— pour le feu c'est le chaud («al haràrah»)

— pour l'air, l'humidité («ar-rutùbah»)

— pour l'eau, le froid («al bard»)

— et pour la terre, le sec («al yubs»);

C'est la proportion de ces quatres éléments dans un corps ou une matière donnés qui en détermine ce que l'on appelle le «tempérament» («al mizàj»); ainsi un des éléments peut être prépondérant; si c'est p. ex. le feu, le corps en question est dit de «tempérament» chaud («hàrrun»); si c'est l'eau son principal constituant, il est dit de «tempérament» froid» («bàridun»), etc .....

C'est dans ce sens qu'il convient de comprendre les descriptions faites dans la «Shaqrùniah», par exmple à propos des aliments, lorsque l'auteur dit

LES PRINCIPES
DE LA
MEDECINE ARABE

س	s	ة	en fin de mot:t
ش	sh	ة	en fin de phrase : h
ص	s	ـّ (الشدة)	doublement de la consomne,
ض	d		
ط	t	ال (القمرية)	al, ex; al qamar
ظ	z	ال (الشمسية)	ex : a sh-shams

les voyelles :

Brèves : a, i, u (prononcer ou)

longues : à, ì, ù, (prononcer ou)

Le tanwin (voyelles répétées) : an (prononcer «ane»), in («ine» un («oune»).

VERTISSEMENT

Pour la clareté de la présentation nous avons réparti le texte de la «Shaqrùniah» (la question comprise)en pages comprenant chacune quinze vers numérotés de un à quinze, ceci donnant un total de 48 pages que nous avons numéroté de 1 à 18 (indépendamment de la numérotation des pages du livre) . C'est toujours à ces numéros de pages et de lignes que nous renvoyons lorsque nous écrivons par exemple v. P 2/L5...

Chaque page de transcription est suivie d'une page de lexique de ses termes techniques et d'une page de traduction elle aussi présentée en lignes numérotées de 1 à 15.

Pour la transcription française des termes arabes nous avons adopté la méthode dont le tableau suit, (méthode proposée par les experts arabes devant la conférence géographique internationale pour la normalisation des noms géographiques).

	a'	ع	'
ب	b	غ	gh
ت	t	ف	f
ث	th	ق	q
ج	j	ك	k
ح	h	ل	l
خ	kh	م	m
د	d	ن	n
ذ	dh	ه	h
ر	r	و	w
ز	z	ي	y

(1) Elle nous a été gracieusement indiquée par un des conférenciers le Dr Abdelhadi TAZI.

DEUXIÈME PARTIE

LA «URJUZAH A SH-SHAQRUNIAH»

Un passage de l'«Anis» laisse supposer qu'il professait à Meknès à la mosquée voisine du tombeau du Saint Sidi Ahmed Ben al Khadra, et dans le livre «Al Manza' al-Latîf «(de l'écrivain Ibn Zaydân) il est cité parmi les médecins particuliers du roi Moulay Ismaîl.

Il eut lui-même des «disciples» (élèves, dont les deux plus connus sont :

— Le Cheikh Sidi Salah Ben al Ma'ti a sh-Sharqî qui était alors le «Syyid» de Boujad (au Tadla), et qui fut l'inspirateur de «Shaqrûniah».

— et Al 'Alamî, sus-cité, qui a relaté dans son livre «al Anis», plusieurs recettes médicales et magiques recueillies au contact du médecin.

Abd al Qâdîr Ibn Shaqrùn a été cité comme étant l'auteur de quelques ouvrages littéraires (inconnus en ce jour), de même que de poèmes dont certains sont relatés dans l'«Anis». Dans le domaine médicale, nous avons de lui les «recettes médicales» citées dans le «Anis» et le Dr. H.P.J Renaud a signalé l'existence d'une oeuvre de A. Ibn Shaqrùn traitant spécialement des simples mais dont le manuscrit n'a pas encore été retrouvé; Cependant, son oeuvre principale et la plus répandue dans le Maghreb est la «Shaqrùniah; elle fut présentée pour la première fois à Meknès en 1113 Heg. = 1702 — 1701 et c'est elle qui constitue l'objet de notre étude.

BIOGRAPHIE
(DE 'ABD AL QADIR IBN SHAQRUN)

Abu Muhammad 'Abd al Qâdîr Ibn Shaqrùn, surnommé «al Maknâsî («de Mekhès»), pour le distinguer d'un homonyme qui vécut à Fès à la fin du 18ème siècle, fut un contemporain du roi Moulay Ismaîl (1672 — 1727), mais nous manquons de précisions au sujet des dates excates de naissance et de mort.

Il étudia :

— A Fès; et c'est là qu'il connut son maître de médecine le plus marquant, Abu 'Abd Allah Muhammad Adarrâq (membre de la grande famille des Adarrâq qui a donné de célèbres médecins dont l'un d'eux 'Abd al Wahhâb Ben Ahmed Adarrâq, était contemporain de A. Ibn Shaqrùn).

— A Meknès, où il connut auusi de grands maîtres aussi bien dans la médecine que dans la littérature et la religion.

— Au Moyen Orient enfin (à l'occasion du pélerinage à la Mecque) et notamment en Egypte, où il assista aux cours du médecin Ahmed az-Zaydân qui lui enseigna, entre autres, le résumé du «Canon» d'Avicenne par Ibn An-Nafîs.

Homme de lettre, homme de religion et poète de valeur, comme il a été décrit par le grand lettré de son époque Ibn At-Tayyib al 'Alamî (dans son livre «Al Anis al Mutrib», Ibn Shaqrùn était avant tout un médecin et un pharmacien.

Faisant suite à cette époque et dès la 13ème siècle, il survint une décadence dans tous les pays musulmans qui se répercuta sur la science (donc la médecine); cependant, il persista malgré tout des foyers culturels islamiques; c'est le cas de l'Egypte au Moyen Orient et du Maghreb; ce dernier appraraît ainsi comme le dernier refuge de la science (et notamment de la médecine) arabe d'Occident.

Ainsi, à l'époque de la «Shaqrùniah» la médecine arabe était encore pratiquée à titre officiel et enseignée au Maroc. Le principal centre d'étude était l'université Qarawiyyîn de Fès où les maîtres de médecine à l'honneur étaient les auteurs orientaux aussi bien classiques (tels que Avicenne et Rhazès), que modernes (tel que le syrien Dawùd al Antaki du 16ème siècle) ainsi que les auteurs occidentaux (comme Abulqâsim), sans oublier les auteurs purement marocains dont nous citerons à titre d'exemple : — de la fin du 16ème siècle Al Wazîr Al Ghassâni, auteur entre autres d'une oeuvre relative aux plantes médicinales et au drogues (1), la «Hadîqa (que G.S. Colin avait commencé à traduire) :

— et parmi les contemporains de Ibn Shaqrùn, le médecin 'Abd al Wahhâb Ben Ahmed Adarrâq auteur entre autres d'un poème sur la menthe; mais la liste est bien plus longue(1) c'est dans ce contexte qu'il convient de replacer le professeur Abd Al Qâdir Ibn Shaqrùn et son oeuvre la «Shaqrùniah».

(1) Pour plus de renseignement consulter : H.P.S. Renaud, De quelques acqui. rec. s. hist. med. arabe au Maroc

850 — 923, Ibn Sînâ («Avicenne») 980 — 1036, Ibn Nafîs (deuxième moitié du 13ème siècle); elle fut suivie par l'école d'occident, dans l'espagne musulmane, avec elle aussi des noms célèbres comme Abu al Qâsim 936 — 1013, Ibn Zuhr («Avenzoar») 1101 — 1161, Ibn Rushd («Averroès») 1126 — 1198.

Son extension à travers le monde non musulman et notamment vers l'Europe, a débuté dans l'école de Salerne grâce aux traductions en latin des oeuvres arabes par Constantin l'African 1019 — 1089) (1019 — 1087), et va se continuer peu à peu.

Pour donner une idée du rôle qu'a joué cette médecine au Moyen âge dans cette partie du monde, il suffit de rappeler que parmi les 13 premiers livres qu'a passédé la bibliothèque de la faculté de médecine de Paris (instituée vers la fin du 14ème siècle), six volumes étaient des traductions latines d'oeuvres médicales arabes(1) à savoir : le «Colligec» d'Averroès, le «Canon» d'Avicenne, l' «Antidotaire» d'Abu al Qasîm, le «Continens» de Rhazès; le «Canon» a été un des ouvrages classiques de tout le Moyen âge médical (jusqu'au 16ème siècle).

En fait, le déclin de la médecine arabe avait déjà débuté au 13ème siècle, mais il ne se fit sentir que progressivement. Ainsi, ce n'est qu'après la chute de Constantinople (15ème sicèle) que, de nouveau, les oeuvres de médecine grecque parvinrent, directement en Europe, ouvrant ainsi la voie à la médecine de la Renaissance. D'ailleurs, à cette époque, les principes médicaux grecs sont peu à peu abandonnées et cèdent la place à une nouvelle conception médicale, celle de la médecine actuellement pratiquée; nous citerons par exemple un contemporain européen de la «Shaqrùniah», le médecin italien Malpigui (1628 — 1694).

En ce qui concerne plus spécialement le Maroc, à l'époque de l'âge d'or de la médecine arabe en Occident (11ème — 12ème siècle), il formait avec l'Espagne musulmane un seul et même pays; d'ailleurs, cette époque coincide avec la «reconquista» qui va provoquer l'emmigration vers le Maroc de nombreuses familles andalouses et parmi elles celles d'imminents médecins, comme les «Avenzoar».

(1) A. Hahn Hist. d. l. med. et d. livre med.

HISTORIQUE

Nous n'avons pas, dans ce chapitre, l'intention de reprendre en détail toute l'histoire de la médecine arabe; notre but est uniquement d'éclaircir ce qu'a été sa source et de voir brièvement quelle a été son évolution à travers le monde jusqu'au 18ème siècle (date de la composition de la «Shaqrùniah». Ceci nous permettra d'une part de préciser le type de médecine pratiqué à l'épopue arabe et d'autre part de déterminer le contexte médical de la «Shaqrùniah».

A l'époque préislamique, il n'y avait chez les arabes de la peninsule arabique, qu'une médecine primitive; les connaissances et les pratiques médicales étaient le fruit de découvertes fortuites et de l'observation ... Il s'y mêlait aussi beaucoup de magie ou de superstition. (1)

L'avènement de l'Islam va complètement révolutionner cet état de chose. En effet, les fidèles, engagés dans la guerre sainte pour propager le message divin, vont découvrir, par la même occasion, les civilisations des peuples «conquis»; c'est ainsi que, lors de la conquête de l'Egypte ils découvrirent pour la première fois la médecine grecque (2) alors enseignée à l'école d'Alexandrie à travers les oeuvres de Galien; de là, commença le mouvement de traduction de ces oeuvres en langue arabe.

Dans le monde musulman, la première école institutée a été celle d'Orient célèbre par ses grands noms comme Ar-Râzî («Rhazés»),

(1) L. Leclerc. Hist. de la med. arabe.
(2) Ils devaient par la suite la redécouvrir lors de la «conquête» de la Mésopotamie et de la «conquête» de la Perse.

alkarim al Qadiri al Hassani, réalisée à Fès en 1324 de l'Hég (1906 —1907). (voir photocopie de la première page : Figure 3).

D'une manière générale, la «Shaqrùniah» débute ainsi (dans les trois copies) :

« الحمد لله الحكيم المرشد   الملهم الرشد لكل مهتد
المنزل الغيث من السماء   الرازق الاقوات للنماء

— Gloire à Dieu, Le Sage et le Guide Qui inspire la guidance à chacun des dévots,

— Qui fait tomber la pluie du ciel et apporte la nourriture à la végétation.

Rappelons qu'elle fut écrite par le médecin 'Abdal Qadîr Ibn Shaqrùn en réponse à une question d'un de ses «élèves», question elle même se présentant sous forme d'un poème «Urjuza» de 51 vers et qui figure en tête de la «Shaqrùniah» dans les copies A et C; elle débute ainsi :

« ياشيخنا التحرير حلو المنطق   المتزيى بمزايا المشرق
يا من علا الاتراب والاقرانا   كما سمي الدهر به وزانا »

Voyez la photocopie de sa première page dans la copie A (figure 1 bis).

Le texte final présenté, riche de 674 vers, est le fruit d'un rapprochement entre les trois copies A, B et C que nous avons complété l'une par l'autre; chaque divergence entre les copies et, signalée et précisée dans le texte par un renvoi en bas de page. Nous avons jugé utile de faire également figurer le texte de la question, en tête de la «Shaqrùniah», comme cela se présente dans les copies A et C.

LES MANUSCRITS

Pour notre travail de transcription nous nous sommes basés sur le texte des deux mansucrits de la «Urjùzah» de la bibliothèque générale de Rabat et sur une lithographie de fès.

Le premier manuscrit, que nous appelerons copie A, est compris dans un «Majmu' «(ou recueil de plusienrs oeuvres manuscrites) sous le numéro D1602. La «Urjùzah» (et la question de l'élève) y figure de la page 111/A à la page 127/B.

La «Shaqurùniah» proprement dite comprend 667 vers, à raison de 23 vers par page d'une écriture de style maghribi, vocalisée; transcripteur et date de transcription nous sont inconnus. (voir photocopie de la première page = Figure 1).

Le deuxième manuscrit, que nous avons appelé copie B, est compris lui aussi dans un «Majmù'», sous le numéro D991. La «Urjùzah» y figure de la page 208/A à la page 236/B et comprend 667 vers à raison de 12 vers la page, dans une écriture de style maghribi vocalisée. Sa transcription a été achevée le dimanche 3 cha'ban 1188 de l'Hèg. goct. (1774 — 75), sous la plume d'un nommé Mohamed Ben Ibrahim al Qurtubi ar-Ribati. (Voir la photocopie de la première page = Figure 2).

La lithographie, que nous avons appelé copie C, est elle aussi tirée d'un recueil, appelé «Majmu'al Mutùn,» et y figure de la page 376/B à la page 403/B (la question de l'élève comprise). L'oeuvre proprement dite comprend 673 vers à raison de 26 vers par page, dans une écriture de style maghribi, vocalisée et très lisible. Il s'agit d'une lithographie de l'imprimerie de Moulay Ahmed ben Abd-

PREMIERE PARTIE

PRESENTATION

ageur; l'auteur y a inclus également quelques données de pharmacologie et de thérapeutique.

Cette oeuvre, bien que composée à une époque de déclin pour la médecine arabe, (et certains passages reflètent effectivement cet état de fait), présente un intérêt certain qui se mesure à ce fait qu'elle a pu s'imposer, au milieu de la foison des oeuvres médicales similaires écrites à la même époque, elle fut ainsi enseignée à l'université (Qarawiyyin de Fès jusqu'au début de notre siècle et fut lithographiée (imprimée) à Fès en 1906 ainsi qu'à Tunis vers la même époque.

Plus, et outre sa valeur purement médicale, elle offre, d'une part un intérêt historique médical, étant un reflet de ce que fut la médecine arabe (ses principes de base et ses pratiques), d'autre part un intérêt linguistique, en révélant l'éventail des termes techniques de la diététique et de la pharmacopée marocaines.

D'ailleurs, elle n'a pas manqué d'attirer l'attention des orientalistes spécialisés dans les «affaires» marocaines tel que le Dr. Renaud, suscité, qui dans un article consraré à l'étude des médecins marocains antérieurs au protectorat,(1) a cité les différents chapitres, à la suite d'une brève biographie de son auteur le médecin A. Ibn Shaqrùn.

Le but de ce travail a été avant tout de rendre cette oeuvre accéssible au lecteur; c'est dans ce souci que nous avons commencé par la situer dans son contexte historique médical (en commençant par préciser sa source qui se téouve dans la médecine grecque) et que nous avons exposé les principes sur lesquels elle se base, avant d'aborder sa transcription et sa traduction accompagnées d'un lexique des termes techniques; à ce propos precisons que notre instrument de travail a été essenticllement le livre de H.P.J. Renaud et G.S. Colin, Sus-cités), «Tuhfat al ahbâb» ou Glossaire de la matière médicale marocaine; cependant tous les vernaculaires utilisés dans la «Shaqrùniah» ne s'y trouvaient pas et nous avons eu parfois recours à d'autres sources bibliographiques (indiquées au fur et à mesure) ainsi qu'à l'enquête orale.

---

(1) Renaud : De quelques acqui. rec. s. hist. ıned. arabe au Maroc.

La Médecine Arabe est un domaine qui a beaucoup attiré la curiosité, aussi bien du spécialiste que du profane et de nombreux ouvrages lui ont été consacrés, nous citerons parmi eux le classique «histoire de la médecine arabe» du Docteur L. Leclerc, et les travaux plus recents d'enquêtes historiques, de traductions ,d'élaboration de glossaires etc ... du Dr. H.P.J. Renaud et de G.S. Colin qui se sont plus particulièrement interessés à la médecine arabe au Maroc et dont les oeuvres nous ont servi de base dans notre travail : «De la Médecine Arabe du 18ème siècle à travers la Urjuzah ash-Shaqurûniah».

Le terme de «Urjûzah» s'applique à un type particulier de poème et c'est sous cette forme que l'enseignement était dispensé à l'époque pour favoriser la mémoire des étudiants; dans ce même style, les oeuvres de médecine arabe les plus célèbres sont les «Urjûzah» de IBN ABD RAPPEH ARRAZI — ET IBN TUFAIL (1) d'Avicenne.

Le terme de «Shaqrûniah» correspond au nom de l'auteur, le médecin Abd al Qâdir Ibn Shaqrun qui composa cette oeuvre en réponse à une question, elle est même présentée sous forme de poème, qui lui fut adressée par un de ses fameux élèves le Cheikh Sidi Salah Ben Al Ma'ti ash-Sharqi

Il s'agit d'un véritable traité d'hygiène dont la plus grande partie est consacrée à la diététique (ou hygiène alimentaire) mais comprenant également l'étude d'autres domaines de l'hygiène, à savoir : l'hygiène du vêtement, l'hygiène des habitations et l'hygiène du voy-

(1) Rosa Kuhine : La' : URJUZA FI L-TIBB

PRESENTATION

PAR Dr. ABDEL HADI TAZI

Ce n'est pas parce qu'il est mon fils, mais lorsqu'il s'adressa à moi pour me demander de l'aider dans l'élaboration de ce travail, j'ai remarqué qu'il était sincère dans ce qu'il entreprenait, persévérant dans sa tâche. Sa culture arabe ne valait certes pas sa culture française. Cependant, grâce aux efforts continus qu'il fournit durant cinq années, il put enfin surmonter l'obstacle linguistique. Il devait alors découvrir que *l'urdjûza* l'a «servi» utilement, et qu'il a pareillement, rendu service à celle-ci en la sortant de l'ombre et en la mettant à la disposition non seulement des arabophones, mais auss des francophones.

Je fus bien heureux d'avoir assisté — avec d'autres — à la soutenance de sa thèse importante à la Faculté de Médecine, de l'Université Mohammed V, pendant l'été 1980. Mais mon bonheur fut encore plus grand, quand mon fils fut reçu avec la mention très honorable et félicité par les membres du jury, lequel prit la décision de proposer son travail pour le Prix consacré au thèse relevant de la discipline médicale.

Le Docteur Badr TAZI a ouvert l'un des plus importants dossiers de l'histoire de la médecine. Il s'agit en effet de recourir à nouveau aux données et principes sur lesquelles nos ancêtres se basaïent quant à l'exercice de leur métier, d'approfondir leur étude, de les assimiler .. «d'en prendre soin».

Dr. Abdelhadi TAZI

A NOTRE PRESIDENT DE THESE, MONSIEUR
A. BENCHEKROUN

Professeur d'urologie au C.H.U. de Rabat.

Nous vous remercions pour la confiance que vous avez placé en nous en acceptant de présider à l'élaboration de ce travail, pour l'honneur que vous nous faites en présidant cette thèse et pour le précieux enseignement que vous nous avez donné.

La faculté de médecine de l'université Mohammed V de Rabat a vécu vendredi un événement unique en son genre.

Il s'agit de la soutemance d'une thèse de doctorat en médecine sur le thème. «La médecine marocaine au 18ème siècle à travers l'Urjuzah Achakrounia» présentée par l'étudiant M. Badr Tazi.

La soutenance s'est déroulée sous la présidence du professeur en urologie. Abdellatif Benchekroun avec la participation du professeur Abdellatif Berbich membre de l'Académie du Royaume du Maroc et du Pr. Benyahya.

Le Dr. Badre Tazi a soutenu brillament la thèse et a obtenu la mention très honorable avec échange international et proposition pour le prix consacré aux thèses médicales. (MAP).

بسم الله الرحمن الرحيم

Oeuvres du patrimoine

La médecine arabe au XVIIIe Siècle à travers al "Urdjuza Ash-Shakruniyya"

étdité et annoté par

Dr. BADR TAZI

Traduction et préface de

Dr. ABDELHADI TAZI



Publié par

L'Organisation Egyptienne Générale du Livre

1404 — 1984

٣٥٧ ١٠

LA MEDECINE ARABE AU XVIIIe SIECLE A TRAVERS AL «URDJUZA ASH-SHAKRUNIYYA»

Oeuvres du patrimoine

La médecine arabe au XVIII° Siècle à travers al "Urdjuza Ash-Shakruniyya"

étdité et annoté par

Dr. BADR TAZI

Traduction et préface de

Dr. ABDELHADI TAZI

٣٢٠ قرشا

Publié par

L'Organisation Egyptienne Générale du Livre

1404 — 1984